



Folkhälsa ur ett brukar- och förvaltningsperspektiv

– En fallstudie om en stadsparks hälsofrämjande effekter

Frida Thuresson

Självständigt arbete • 30 hp

Sveriges lantbruksuniversitet, SLU

Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Alnarp 2022



Folkhälsa ur ett brukar- och förvaltningsperspektiv- En fallstudie om en stadsparks hälsofrämjande effekter

Public health from a user- and management perspective- A case study about a city parks health promoting affects

Frida Thuresson

Handledare: Åsa Ode Sang, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Examinator: Mats Gyllin, SLU, Institutionen för människa och samhälle

Biträdande examinator: Stefan Lindberg, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Omfattning: 30 hp

Nivå och fördjupning: A2E

Kurstitel: Independent Project in Landscape Architecture

Kurskod: EX0852

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2022

Omslagsbild: Frida Thuresson

Elektronisk publicering: <http://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: Hälsofrämjande, Friluftsområde, Mariebergsskogen, Städer, Förvaltning, Naturområden, Planering

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Fulltexten kommer dock i samband med att dokumentet laddas upp arkiveras digitalt.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

Sammanfattning

Den urbana miljön blir en allt mer vanlig plats i vårt samhälle, och i allt större utsträckning så både lever och arbetar vi inom städernas ramar. För 200 år sedan bodde de allra flesta av oss, 90 procent på landsbygden, och idag är siffrorna omvända. 85 procent av Sveriges befolkning bor inom tätorter. Detta innebär också att andelen personer som har tillgång till naturliga och stora grönområden idag är mycket mindre än tidigare. Till följd av allt tätare städer så har möjligheten för stadens invånare att vistas inom gröna utomhusområden minskat. Vikten av vistelse i sådana områden är stor ur ett hälsoperspektiv. Genom att vistas i gröna utomhusområden minskas stressnivåerna samtidigt som den fysiska aktiviteten och den sociala interaktionen ökar. Samtliga aspekter är viktiga för folkhälsan.

30 minuter motion, så många minuter fysisk aktivitet behövs för att undvika hälsonackdelar som ett i övrigt stillasittande liv kan innebära. Trots detta är det bara 1 procent av befolkningen som motionerar i enlighet med rekommendationerna. Om man därpå lägger till att motionen behöver vara så pass aktiv att utövaren blir lätt andfådd, är andelen i befolkningen som uppnår andelen skrämmande liten. Detta är något som påverkar folkhälsan mycket negativt. Personer som har tillgång till stora gröna utomhusmiljöer är i större utsträckning mer aktiva, har bättre både fysisk och psykisk hälsa, mindre andel sjukdomar relaterade till stillasittande och är mindre stressade. Detta är samtliga aspekter som tillsammans bidrar till att gröna utomhusmiljöer i större utsträckning än andra stadsrum bidrar till en bättre folkhälsa. Syftet med den här studien är därmed att analysera sambanden mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa samt belysa brukare och förvaltningens olika perspektiv på dessa områden och folkhälsa. Detta gjordes genom två sorters intervjuer, en med en representant från förvaltningen av fallstudieområdet och 27 med brukare av fallstudieområdet.

I den här studien valdes Mariebergsskogen i Karlstad som fallstudieområde eftersom detta är en stor grön utomhusmiljö om ungefär 70 hektar lokaliserad mindre än 1 kilometer från Centralstationen. Studiens teoretiska ramverk utgörs av litteratur behandlande folkhälsa i relation till grönområden, förvaltning behandlande grönområden och folkhälsa i relation till förvaltning. Detta ger en inramning av studiens syfte och forskningsfrågor samt en förståelse för studieområdet vilket var av stor vikt vid analysen av resultatet från fallstudieområdet. De metoder som användes under arbetet var dokumentstudie, strukturerad intervju samt semistrukturerad intervju. Studien tydliggör att det finns ett tydligt samband mellan folkhälsa och vistelse i gröna utomhusmiljöer även om användandet av dem skiljer sig beroende på ålder och kön. Detta är även ett samband som förvaltningen av området ser trots att de inte aktivt har med benämningen folkhälsa i de offentliga dokumenten.

Nyckelord: Hälsofrämjande, Friluftsområde, Mariebergsskogen, Städer, Förvaltning, Naturområden, Planering

Abstract

The urban environment becomes a more common place in our society, we both live and work within the city's boundaries in ever greater extent. For 200 years ago most of the inhabitants, 90 percent, lived on the countryside, and today the numbers are reversed. 85 percent of Sweden's population lives within urban areas. This does also mean that the number of persons that have access to natural and great green outdoor environments today compared to before has decreased. Due to even denser cities, the opportunity for the inhabitants that lives in cities to spend time in green outdoor environment has decreased. The importance of stay in such environments are important from a health perspective. By staying in a green outdoor environment, the levels of stress decreases, the physical activity and the social interaction increases. All of the aspects are important for the public health.

30 minutes of physical activity, so much is necessary to avoid health disadvantages that a sedentary life can mean. Despite this, there is only 1 percentage of the population that moves enough in accordance too the recommendation. If you add that the physical activity needs to be so intense that the practitioner gets a little heavier breath, the percentage of the population that exercises in accordance too the recommendation is chokingly small. This is something that affects the public health very negatively. Persons that have access to big green outdoor environments are in greater extents more active, have a better both physical and mental health, less sickness that is related to sedentary and are less stressed. All of the aspects can together be connected to that the green outdoor environments in greater extent compared to other rooms within the city supports a better public health. The aim of this study is due to this to analyse the connection between big green outdoor environments and public health and illustrate users and managements different perspectives of these environments and public health. This was made through two sort of interviews, on with the managements of the case study and one with 27 users of the case study area.

In this study Mariebergsskogen in Karlstad was chosen as the area for the case study because this is a big green outdoor environment of around 70 hectares, localised less than 1 kilometres from the central station. The studies theoretical framework makes up of literature treated the public health in relation to green outdoor environments, managements of green environments and public health in relation to management. This gives the study a framing of the aim of the study and research questions, together with an understanding of the area of study something that has been of great importance for the analysis of the result from the case study area. The methods that were used during the study is a document study, a structured interview and a semi-structured interview.

The study clarifies that there is a clear connection between public health and stay in green outdoor environments, even if the use of the environments differs depending on age and sex. This is also a relation that the management of the area sees despite that they don't actively have the wording public health in the official documents.

Förord

Det här masterarbete utgör resultatet av min tid på masterprogrammet på Outdoor Environments for Health and Well-being Master's Programme på Sveriges lantbruksuniversitet i Alnarp. Det här arbetet berör en viktig del av den aktuella fysiska planeringen, nämligen sambandet mellan folkhälsa och gröna stora utomhusmiljöer inom eller i nära anslutning till stadsrummet. Att synliggöra sambandet för folkhälsas behov inom planeringen och att stärka sambandet är en viktig del inom dagens fysiska planering och berör både den landskapsarkitektoniska delen av utbildningen liksom den miljöpsykologiska. Med samlad kraft från bägge delar har sambandet undersökts både ifrån perspektivet av en byggd miljö och inom det hälsomässiga miljöpsykologiska perspektivet. Sambandet har undersökts från olika nivåer och skeden, från ett mer övergripande perspektiv till den konkreta fallstudien.

Arbetet inleddes under september 2021. Allt material samlades in och genomfördes under hösten och vintern 2021. Studien färdigställdes under början av 2022. Studien genomfördes under coronapandemins utbrott. Under studiens genomförande både lättades och stärktes restriktionerna och de allmänna råden vilket gjorde att första delen av arbetet skedde genom fysiska möten och andra delen genom digitala möten. Detta har påverkat studien, men dock inte i större omfattning än att arbetet har varit möjligt att slutföra.

Ett tack är ett sparsamt ord för att beskriva den tacksamhet jag känner mot er jag mött under den här tiden och som har motiverat och hjälpt mig genom denna process. Men jag vill rikta ett stort tack till alla som på olika sätt har bidragit till arbetet och för de mycket värdefulla kunskaper som detta har givit mig. Först och främst vill jag tacka min handledare Åsa Sang Ode som har guidat genom djungeln av uppsatsskrivande med sin kunskap och rådgivning. Utan dig hade det här inte varit möjligt att genomföra! Ett särskilt tack går även till alla de tjänstemän från Karlstads kommun som jag har haft kontakt med under denna tid. Tack för ert engagemang och erfarenheter av hur ni arbetar med sambandet, era kunskaper har varit mycket värdefulla. Ett tack går även till de brukare som jag har intervjuat och för den kunskap ni har gett mig om folkhälsa och användande av publika stadsrum. Ett stort tack går även till alla nära och kära för den ovärderliga stöttning och motivation som ni har gett mig inte bara under denna tid, utan under hela min studietid. Det har varit helt ovärderligt!

Det har varit en mycket lärorik resa och jag hoppas detta arbete ska kunna inspirera såväl kommuner som verksamma inom den fysiska planeringen att våga arbeta med mjuka värden, och därigenom öka förståelsen för vad mycket potential det finns inom detta.

Frida Thuresson

Innehållsförteckning

Sammanfattning.....	4
Abstract	5
Förord	6
Figurförteckning	9
1. Inledning.....	10
<i>Syfte och frågeställning</i>	11
2. Teoretiskt ramverk	12
2.1 HÄLSOEFFEKTER AV VISTELSE I FRILUFTSOMRÅDE.....	12
2.2 STORA GRÖNA UTOMHUSOMRÅDEN UR ETT FÖRVALTNINGSPERSPEKTIV	15
2.2.1 Förvaltning och naturkatastrofer.....	16
2.2.2 Delaktighet och styrning inom förvaltning.....	17
2.2.3 Förvaltning av grönområden i Sverige utifrån ett hälsofrämjande perspektiv.....	19
2.2.4 Folkhälsoperspektivet i utveckling av förvaltningsperspektiv.....	20
3. Metod och tillvägagångssätt	22
3.1 ÖVERGRIPANDE ARBETSPROCESS	22
3.2 FÖRSTUDIE	23
3.3 FALLSTUDIE.....	23
3.3.1 Val av fokusområde.....	24
3.3.2 Korta strukturerade intervjuer med brukare.....	26
3.3.3 Semistrukturerad intervju en förvaltningsrespondent	26
3.4 METODOLOGISK DISKUSSION	28
4 Fallstudieområde	32
5. Resultat.....	34
5.1 SEMISTRUKTURERAD INTERVJU MED FÖRVALTNINGEN.....	34
5.2 STRUKTURERADE INTERVJUER MED BRUKARE	37
6. Analys.....	41
6.1 BRUKARES ANVÄNDANDE AV MARIEBERGSSKOGEN I FÖRHÅLLANDE TILL AVSTÅND FÖR BRUKARE ÖVER 50 ÅR	41
6.2 BRUKARES ANVÄNDANDE AV MARIEBERGSSKOGEN I FÖRHÅLLANDE TILL AVSTÅND FÖR BRUKARE UNDER 50 ÅR	42
6.3 FÖRVALTNING, SKÖTSEL OCH PLANERING AV MARIEBERGSSKOGEN FÖR ATT MÖTA BRUKARNAS OLIKA BEHOV	45
7. Diskussion	47

7.1	FINNS DET SAMBAND MELLAN STORA GRÖNA UTOMHUSMILJÖER OCH FOLKHÄLSA FRÅN ETT BRUKARPERSPEKTIV?	47
7.2	FINNS DET SAMBAND MELLAN STORA GRÖNA UTOMHUSMILJÖER OCH FOLKHÄLSA FRÅN ETT FÖRVALTNINGSPERSPEKTIV?	49
7.3	VILKEN BETYDELSE SPELAR FOLKHÄLSA I UTVECKLINGEN OCH FÖRVALTNINGEN AV STORA GRÖNA UTOMHUSOMRÅDEN?	50
7.4	STUDIENS KUNSKAPSBIDRAG TILL FORSKNINGSFÄLTET	51
8.	Källförteckning	53
	Bilagor	59
	BILAGA 1-INTERVJUGUIDE TILL STRUKTURERADE INTERVJUER MED INFORMANTERNA	60
	BILAGA 2-INFORMATIONSGUIDE TILL SEMI-STRUKTURERADE INTERVJUER MED RESPONDENTER	62
	BILAGA 3-INBJUDAN VIA EPOST FÖR RESPONDENTERNA	64
	BILAGA 4-INTERVJUBLAD TILL RESPONDENTERNA	65
	BILAGA 5-KARTA ÖVER MARIEBERGSSKOGENS PLACERING I FÖRHÅLLANDE TILL KARLSTADS STADSKÄRNA	67

Figurförteckning

Figur 1. Parkorganiseringsmodellen efter Randrup & Persson (2009)	18
Figur 2. Arbetsprocess	22
Figur 3. Mariebergsskogens gränser i förhållande till Karlstads stadskärna.....	25
Figur 4. Åldersfördelning av intervjuade brukare angivet i år	37
Figur 5. Könsfördelning över intervjuade brukare	37
Figur 6. Avståndsfördelning över intervjuade brukare angivet i meter.....	38
Figur 7. Besöksfrekvens	38
Figur 8. Anledningar till besöket.....	39
Figur 9. Sociala anledningar till besöket	40
Figur 10. Hälsöfrämjande anledningar till besöket	40

1. Inledning

30 minuter per dag, så mycket motion krävs det per dag för att undvika stora hälsonackdelar och för att förebygga ökad risk för kärlsjukdomar, diabetes och cancer (Danielsson, 2008). Relativt med antalet motionsminuter är även antalet hälsofördelar, fler minuter ger fler hälsofördelar, så börjar Danielsson sin artikel *Få upp pulsen 30 minuter per dag*. Trots detta är det enbart en procent av befolkningen som uppnår det rekommenderade antalet minuter, vilket uppges i rapporten av Ola Danielsson. I samma rapport kunde det även läsas att aktiviteten behöver vara så pass intensiv att motionären blir lätt andfådd och gärna i omgångar längre än 10 min per gång (Danielsson, 2008). För att bibehålla en aktiv livsstil för samhället i stort och därmed minska antalet sjukdomar till följd av en inaktiv livsstil behövs det åtgärder. Åtgärderna kan vara av olika slag; ökad satsning på föreningsliv, åtgärder för ett ökat cykelanvändande eller en utbyggnad av gångstråk och stora gröna utomhusmiljöer.

Vistelse i gröna utomhusmiljöer har ett antal positiva effekter på hälsan då vi genom historien har utvecklats för att vara bland växtlighet och levande ting. Anledningen till att vistelse i gröna utomhusmiljöer har positiva effekter på hälsan beror enligt James et al. (2015) på sex olika aspekter som sedan resulterar i att fem resultat, vissa vilka uppträder flertalet gånger. De sex aspekter som nämns i artikeln är:

- Minskning av stress och kognitiv återhämtning
- Ökad fysisk aktivitet
- Ökad social interaktion och sammanhållning
- Ljuddämpning
- Värme- och luftfuktighetsreglering
- Filtrering av luftföroreningar

De sex aspekterna som nämns i studien är goda anledningar till att vistelse i gröna utomhusmiljöer är viktigt, något som resulterar i en rad olika fördelar så som minskat andel sjukdomar relaterade till rörelse så som övervikt, samtidigt som det innebär ett minskat antal psykiska sjukdomar så som depression och ångest (James, et al., 2015). Dessa hälsoeffekter som är ett resultat av vistelse i gröna utomhusmiljöer beror till stor del på hur långt ifrån den gröna utomhusmiljön som bostaden är placerad. I en studie av Stigsdotter et al. (2010) som undersökte sambandet mellan grönområden och stress genom att låta över 11,000 respondenter bli intervjuade och få svara på enkäter så sågs ett samband. Studien visade på att i de fall respondenterna bodde längre än 1 km från en grön utomhusmiljö så var sannolikheten att uppleva stress 1,42 gånger högre än i de fall respondenternas bostad var placerad närmare än 300 meter till en grön utomhusmiljö. Studien visade tydligt på att en bostad som var placerad längre än 1 km från en grön utomhusmiljö var en riskfaktor för en sämre allmänhälsa. Dessutom visade resultatet på att de respondenter som regelbundet besökte en grön utomhusmiljö rapporterade mindre stresssymptom i jämförelse med dem som sällan spenderade tid i gröna utomhusmiljöer (Stigsdotter, et al., 2010). Detta är resultat som

stämmer överens med det resultat som James et al. (2015) visade i sin studie, där ökad rörelse är direkt relaterad till en bättre folkhälsa.

Enligt en studie av Stigsdotter et al. (2010) så bor sedan 2008 majoriteten av världens invånare i urbana miljöer, och i utvecklade länder bor ungefär 75 procent av invånarna i urbana miljöer, vilket resulterar i att de flesta individer spenderar sin utomhustid i en grå infrastruktur. Gröna utomhusmiljöer i närheten av, och i, urbana miljöer har därmed blivit än mer viktigt, men hotet mot dem är ständigt då dessa områden kan exploateras för att ytterligare förtäta de urbana miljöerna. Att skära ner på gröna utomhusmiljöer i anslutning i städer kan dock innebära hälsoproblem för invånarna eftersom invånarna då spenderar mer tid inomhus inaktiva (Stigsdotter, et al., 2010).

I detta arbete kommer fokus att vara på större gröna utomhusmiljöer i anslutning till städer och hur dessa kan användas, och används, för att främja en så god hälsa, både fysiskt och psykiskt, som möjligt hos brukaren.

Syfte och frågeställning

Syftet med arbetet är att analysera sambandet mellan ett stort grönt utomhusområde och folkhälsa samt belysa brukare och förvaltningens olika perspektiv på ett stort grönt utomhusområden och folkhälsa.

För att undersöka syftet kommer Mariebergsskogen i Karlstad att användas som fallstudieområde.

- Finns det samband mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa från ett brukarperspektiv?
- Finns det samband mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa från ett förvaltningsperspektiv?
- Vilken betydelse spelar folkhälsa i utvecklingen och förvaltningen av stora gröna utomhusområden?

2. Teoretiskt ramverk

2.1 Hälsoeffekter av vistelse i friluftsområde

En litteraturöversikt av van den Bosch & Ode Sang (2017) visade på att det finns en relation mellan stress och konditionsrelaterade sjukdomar. Den största relationen mellan naturområden och folkhälsa finns inom kategorin fysisk aktivitet. De starkaste bevisen finns mellan relationen ökad fysisk aktivitet och vistelse i gröna utomhusmiljöer. Dock visade inte översikten på att den genomgångna forskningen hade någon koppling mellan social sammanhållning och ojämlikheter i hälsoeffekter.

En studie av Stigsdotter et al. (2010) beskrivs det att 2008 så bodde majoriteten av världens invånare i urbana miljöer, och i utvecklade länder bor ungefär 75 procent av invånarna i urbana miljöer, vilket resulterar i att de flesta spenderar sin utomhustid i en grå infrastruktur. Detta gäller både bland yngre och äldre vuxna. I en studie av Huang et al (2019) så undersöktes det hur äldre vuxnas, pensionärers, hälsa påverkades av att bo nära stora naturliga gröna utomhusmiljöer. I studien deltog nästan 8,000 äldre vuxna mellan 60 och 80 år med varierande socio-ekonomisk bakgrund och det framkom att de äldre vuxna som bodde i nära anslutning till naturliga utomhusmiljöer, både i form av blåa och gröna miljöer, i större utsträckning rapporterade en god hälsa. Det framkom dock av resultatet att deltagarna i lägre utsträckning vart positivt påverkade av en blå miljö i förhållande till en grön, förutom bland en grupp. Detta beror troligen på att de blå miljöerna inte i samma utsträckning bidrar till en naturlig möjlighet till en ökad fysisk aktivitet. Störst skillnad i relationen mellan en grön utomhusmiljö och hälsa syns bland kvinnorna i studien mellan åldrarna 60 och 69 år som har en lägre socio-ekonomisk bakgrund med liten till ingen akademisk utbildning. De som bor nära en grön utomhusmiljö i denna grupp har större hälsoeffekter än de som är kvinnor i samma åldersspann men med en högre socio-ekonomisk bakgrund. Störst hälsofördel av att bo i nära anslutning till en blå utomhusmiljö är de har en högre socio-ekonomisk bakgrund och är mellan 70 och 79 år.

En studie av Kruize et al. (2020) visade på att de som spenderade fler minuter i grönområden i större utsträckning, än för dem som inte spenderade tid i samma miljöer, hade en högre grad av fysisk aktivitet, fler sociala kontakter och en bättre mental hälsa. Resultatet visade även på att vilken typ av naturlig grön utomhusmiljö som människor utsätts för är viktigt för den effekt som miljön har som hälsofrämjande utomhusmiljö. Viktigast visade studien att platsen upplevdes som grön, att det kändes som att platsen var tillfredställande samt att den gröna utomhusmiljön upplevs som vild. Något som inte framstod som viktigt i studien var gatubilden även om den lokala kontexten visade sig vara en viktig aspekt i en hälsofrämjande grön utomhusmiljö.

För att skapa och underhålla en hälsofrämjande utomhusmiljö så behöver den fysiska miljön teoretiskt delas in i två delar. Kjellstrom et al. (2007) beskriver att en jämlik hälsofrämjande miljö är ett pågående arbete som innebär att det hela tiden arbetas med att minska risker och faror i den fysiska miljön så som en säker vattenförsörjning, minskad luftförorening samt minskade ljud och värmevågor från bilar och från globala klimatförändringar. Allt detta är effekter som påverkar en jämlik hälsofrämjande utomhusmiljö och därmed behöver vara med i den förvaltning och planering av utomhusområden som krävs för att erbjuda goda områden för kommunens invånare. Problematiken med en mer hälsofrämjande utomhusmiljö är att de, ur ett globalt perspektiv, ofta är lokaliserade i rika områden och länder. Så för att främja en god hälsa genom gröna utomhusmiljöer ur ett större perspektiv behöver rikare länder och områden hjälpa dem med mindre resurser med finansiell och teknisk hjälp som kan bidra till en mer jämlik hälsa över större områden (Kjellstrom, et al., 2007). Enligt Rigolon & Nemeth (2019) gäller detta dock inte bara mellan länder och stater utan även emellan olika kommuner och till och med inom olika delar av städerna där grön gentrifiering kan påverka en jämlik hälsofrämjande utveckling av gröna utomhusområden över alla stadsdelar i staden. Genom att fokusera utvecklingen av stora gröna utomhusområden så att de alla stadsdelar har så goda möjligheter som möjligt att nå området för att öka en jämlik utveckling.

I en studie av James et al (2015) visar författarna på att omgiva sig med grönska är viktigt för den mänskliga hälsan vilket gör att tillgången till denna viktig. De som omgiver sig med grönska rör på sig i en större utsträckning samtidigt som de möter fler människor vilket bidrar till en ökad social gemenskap och minskade stressnivåer, något som påverkar både den fysiska och den mentala hälsan positivt. För gravida kvinnor som spenderar tid i grönområden i större utsträckning, än de som inte gör det, föder barn med en hälsosam födelsevikt. Men grönska är även positivt för att minska risken för en rad kardiovaskulära och mentala sjukdomar då det har visat sig att det finns ett mönster och samband mellan en rad sjukdomar och vistelse i grönområden.

De olika aspekterna som ingår i de hälsofrämjande landskapet visades i en studie från Abraham et al. (2010) som undersökte över 120 andra studier i en litteraturöversikt. I litteraturöversikten undersöktes studierna i en femstegs metod vilket resulterade i att studien kunde visa på att det finns en rad olika och viktiga länkar mellan landskapet och folkhälsan. De främsta länkarna som kunde hittas i studien är att landskap är viktiga för hälsan som landskap, och då främst gröna naturliga landskap. De länkarna som visades som främsta positiva effekter av vistelse i gröna naturliga landskap är:

- * Rehabilitering
- * Stressreducering
- * Ökade positiva känslor
- * Ökad fysisk aktivitet
- * Social integration
- * Socialt engagemang och delaktighet
- * Ökat socialt stöd och trygghet

Det som framkom som mest intressant ur resultatet är att landskapet kan bidra till att öka det sociala stödet genom att människor blir mer trygga och känner ett ökat stöd av sin omgivning

eftersom de som spenderar mer tid i gröna utomhusmiljöer i större utsträckning integrerar socialt med andra människor som också rör sig utomhus (Abraham, et al., 2010).

En annan studie som skrevs av Hinckson et al (2017) undersöktes upplevd och objektiv grannskapsmiljö i relation till fysisk aktivitet samt andelen stillasittande tid undersökte detta hos ungdomar i Nya Zeeland. Mellan 2013 och 2014 har ungdomar i Auckland och Wellington rapporterat hur dem upplevde den byggda fysiska miljön. När promenad-nätverket i städerna delades upp i olika buffertzoner om 250m, 500 m, 1 kilometer och den sista buffertzonen om 2 km så upptäcktes det att ungdomarna rörde sig i snitt 354 minuter per dag inom de olika buffertzonerna från sitt hem. Vad som kunde ses var att de ungdomarna som bodde inom 2 km buffertzonen från ett grönområden rörde sig i snitt 20 minuter mer per dag än dem som bodde utanför buffertzonerna. Inom de olika mindre buffertzonerna sågs dock ingen skillnad i rörelsemängd och avstånd till grönområden.

I en annan studie som skrevs av Jackson et al (2021) så undersöktes sambandet mellan ungdomars mentala hälsa, välbefinnande och utomhusaktivitet undersöktes under en och en halv månadstid. Studiens resultat visade på att när deltagarna rörde på sig mindre så sjönk även nivåerna av deras välbefinnande. Dock sjönk inte nivåerna av välbefinnande i samma takt som nivåerna av fysisk aktivitet. Nivåerna av fysisk aktivitet rapporterades in att ha en minskning på 64 procent medan nivåerna av välbefinnande enbart sjönk med 52 procent. Anledningen till det minskade välbefinnandet tros bero på att det under tidsperioden skedde en minskning både i utomhuslekar för de mindre barnen, och för de äldre deltagarna i studien minskade naturbaserade aktiviteter. Deltagarna i studien rapporterade inte in några, eller mycket små, försämringar i sitt välbefinnande innan studiens början, vilket visar på vikten av utomhusaktiviteter för att ha ett bra välbefinnande.

Det finns dock andra studier som även de har undersökt hur den mentala hälsan och välbefinnandet påverkas av naturbaserade lösningar och då i nära anslutning till arbetsplats och hem. I en studie av Paldanius et al (2019) där Västra Götalandsregionens Miljömedicinska Centrum undersöktes analyserades det hur invånarna i Göteborg påverkades av tillgång, eller brist på tillgång, till gröna utomhusområden i närhet av hemmet. Resultatet visade på att de som hade tillgång till gröna utomhusmiljöer hade en lägre grad av störning av buller vid samma bullernivåer än de som inte är boende i områden med en hög grad av grönska. Av övriga hälsorelaterade utfall framkom det inte någon koppling mellan tillgången på grönska och hälsoutfall. Även Folkhälsomyndigheten (2019) visar på vikten av grönska. Folkhälsomyndigheten nämner att de som bor i närheten av grönska störs mindre av buller, vilket visar på vikten av grönska för människors hälsa. Mindre bullerpåverkan är viktigt för att sova ostört, öka prestationsförmågan, förbättra inlärningsförmågan och bidra till att inte förhöja blodtrycket och hjärtfrekvens vid tillfälliga påverkan (Folkhälsomyndigheten, 2019). Av dessa anledningar är det troligt att hälsoeffekterna av grönska går att koppla till fler hälsoeffekter än enbart buller eftersom lägre bullerstörning har flera viktiga hälsoeffekter.

2.2 Stora gröna utomhusområden ur ett förvaltningsperspektiv

Gencer (2013) visade på att förvaltning av ett friluftsområde innefattar både den fysiska förvaltningen av området men, också av olika beslutsfattande vars mål är att bidra till en ökad rörelse och förbättrad hälsa. En förvaltning av ett hälsofrämjande område är något som kräver ett engagemang mellan beslutsfattare, kommunens folkhälsoavdelning och samhällsplanerare. Förvaltningen av stora gröna utomhusområden består i en viss utsträckning av att bygga upp en resiliens i grönområdet mot naturkatastrofer och en återhämtningsplan för att snabbare återhämta grönområdet efter till exempel en storm, eller en kraftig översvämning. Då naturkatastroferna som går att koppla till hydrologiska processer har ökat kraftigt, från 600 rapporterade händelser 1983 till över 1600 rapporterade naturkatastrofer till följd av hydrologiska processer, är förvaltningen viktig för att snabbt återbygga, och förebygga, stora gröna utomhusområden från naturkatastrofer.

Henkey (2018) beskriver att eftersom över 54 procent av all befolkning i världen bor i städer, och detta är något som förväntas öka med 2 procent varje år, ökar behovet för system och förvaltning som stöttar städernas invånare. Mer invånare innebär att mer mark behövs för att utveckla städerna, trots att stadsutvecklingstrenden idag lutar mot en mer förtätad stad. Mer mark för stadsutveckling innebär att naturen kommer längre bort från stadens invånare och en förtätad stad innebär därmed att naturen kommer närmare inpå städerna i dess utkanter. Detta innebär att en förtätad stad ökar möjligheten till användning och andelen personer som har möjlighet att besöka naturområden och stora gröna utomhusområden som är lokaliserade nära staden. I takt med att användandet av utomhusområden ökar i takt med ett ökat befolkningsantal i de urbana miljöerna, så ökar även behovet för förvaltning och utveckling av dessa natur- och gröna utomhusområden.

I en studie av Koohsari et al (2018) så beskrivs det att stora gröna utomhusområden är viktiga för att minska den globala trenden om att invånare blir alltmer inaktiva och där spelar förvaltningen en stor roll. Några av de aspekter som påverkas av stadsförvaltningen och som även påverkar hur aktiva invånare i städer är beror på befolkningstäthet, närhet till affärer, tillgång till gång- och cykelvägar och närhet till natur och stora gröna utomhusområden. Även stadens uppbyggnad och koppling till andra element inom staden, så som kopplingen mellan olika stadsdelar och innehåll inom stadsdelar påverkar invånarnas aktivitet. Dessa aspekter är viktiga för att förstå hur landskapsutvecklingen kan användas för att höja den fysiska aktiviteten och förstärka hälsan.

Detta har visat sig vara viktig även för den äldre delen av befolkningen. Stora gröna utomhusområden och förvaltningen av dessa är viktiga för den sociala sammanhållningen och de positiva hälsoeffekterna för att de äldre skall ha bästa möjliga förutsättningar att få så goda hälsoeffekter som möjligt. En studie av Tuckett et al (2018) visade på att äldre invånare är mer benägna att använda stora gröna utomhusområden ifall de har möjlighet att delta i förvaltningen och framför allt besluten kring förvaltningen. Studien visade på att i de fall

brukarna har möjlighet att själva medverka i förvaltningen och besluten kring förvaltningen har intresset för att även använda de stora gröna utomhusområdena ökat.

2.2.1 Förvaltning och naturkatastrofer

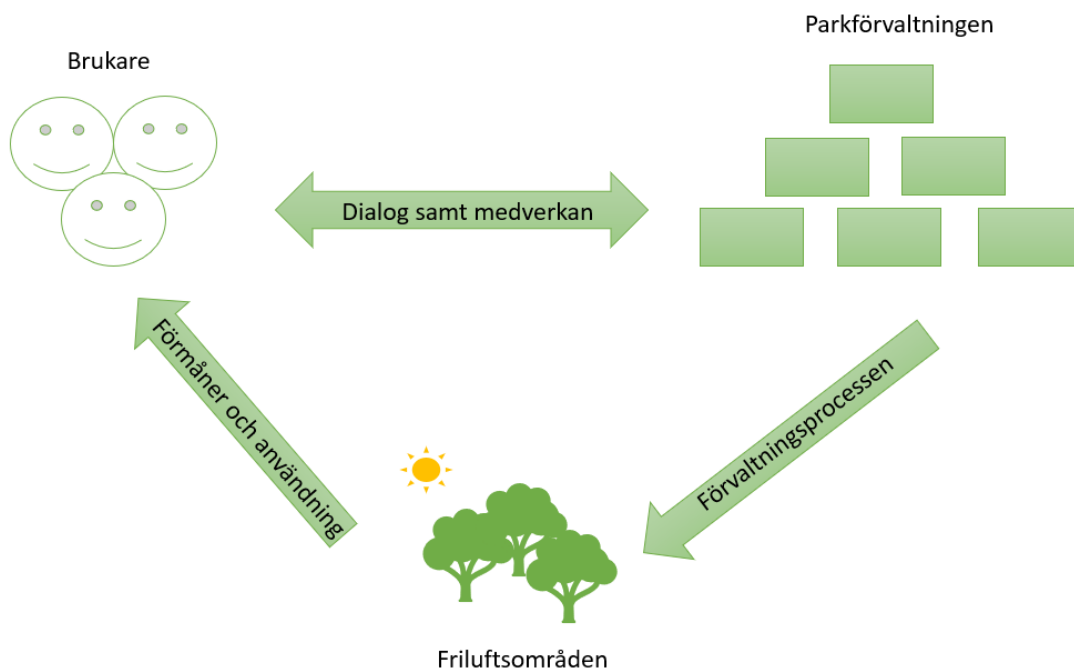
Naturkatastrofer orsakar varje år stora skador, både i form av humanitära och ekonomiska skador (Gencer, 2013). Av försvarsdepartementet (2007) så beskrivs det att oftast är de skogsskador som drabbar skogar, såsom Mariebergsskogen, till följd av naturkatastrofer så som stormar eller skogsbränder. Den största stormen som har drabbat svenska skogar skedde 8–9 januari 2005 och drabbade främst södra Sverige. Den direkta kostnaden av skadorna uppgick då till 21 miljarder kronor, och sedan dess visar flera modeller på att det har blivit blåsigare och att troligen kan det i framtiden bli större skogsskador till följd av stormar. Även skogsskador till följd av skogsbränder kan orsaka stora skador och behöver en omfattande förvaltning för att försöka skapa förbyggande åtgärder. Under 2007 så orsakade skogsbränder skador som uppgick till den direkta kostnaden av 39 miljoner.

Enligt Shah & Ranghieri (2012) så är en återhämtningsplan viktig. Om grönområdet drabbas av en översvämning är det av största vikt att förvaltningen har en återhämtningsplan på plats för att bibehålla ett tillgängligt friluftsområde. Delarna i återhämtningsplanen kan delas in i 14 delar som sedan kan kategoriseras i fem huvudkategorier. De fem huvudkategorierna är känsla, teknisk analys, inventering, prioritering och planskapande. Dessa huvudkategorier kan sedan delas in i de 14 olika delarna som ingår i återhämtningsplanen. Första tre delarna är alla kategoriserade som känsla och behandlar att skapa en organisation som är huvudansvarig för området när en naturkatastrof händer eller är på väg att inträffa. Dessa delar behandlar bland annat vilka olika områden inom grönområdet som är mest utsatt vid den aktuella naturkatastrofen och hur detta kan undvikas. De följande delarna är samtliga kategoriserade som teknisk analys, men har även delar som kan kategoriseras som någon av de andra kategorierna och handlar om att på en teknisk nivå ta reda på vilka delar inom grönområdet som är extra utsatt och skapa kartor över specifika extra utsatta punkter inom området. Detta kan till exempel vara en byggnad som är lokaliserat i en naturlig sänka i området och som vid ett kraftigt regnväder kan leda till en översvämning. I ett sådant skede är en del av återhämtningsplanen att skapa alternativa lösningar vid ett sådant skede, samt att undersöka möjligheterna för att lindra situationen. De sista tre delarna i återhämtningsplanen för grönområdet är att utföra de planlagda ändringarna och att skapa en plan för framtida händelser för att undvika skador på grönområdet. En återhämtningsplan är dock inte bara viktigt för att återhämta sig från skador och att skapa temporära lösningar utan kan även användas som ett verktyg för att identifiera svagheter i dagens grönområde för att lättare kunna utveckla det stora grönområdet åt en sådan riktning att området har en större resiliens mot naturkatastrofer i framtiden.

2.2.2 Delaktighet och styrning inom förvaltning

Enligt Arts & Vissern-Hamakers (2012) så är landskapsutveckling, både i form av stora gröna utomhusområden och i form av andra typer av landskap inom och i nära anslutning till städer, skett linjärt i en rangordnad och kronologisk form. Detta innebär därmed att utvecklingen har skett utan någon aktiv inverkan från dem som brukar landskapet. Därmed hade medborgaren då inte hade samma möjlighet att vara en del i landskapsutvecklingen som idag. Enligt UNICEF (1989) så ser dock verkligheten annorlunda ut och denna tidigare version av hur landskapsutveckling skall gå till är förändrad. Idag finns ett ökat fokus på både medborgardelaktighet och mer demokratiska beslutsprocesser för att på ett effektivt och legitimt sätt få med dem som i verkligheten brukar landskapet. Jansson och Lerstorp (2020) beskriver att på vilket sätt detta används och i vilken utsträckning som medborgare involveras i landskapsutvecklingen beror dock på de kommunala organisationerna. Kommunerna beslutar själva i vilken utsträckning brukare av stora gröna utomhusområden blir delaktiga i utvecklingen av dessa genom att rutiner och agerande från kommunen ställs. I detta har kommunerna möjlighet att via ett aktivt ställningstagande bjuda in till samtal med brukare och därmed skapa ett mer demokratiskt förhållandesätt, alternativt arbeta med ett mer hierarkiskt perspektiv för landskapsutvecklingen och förvaltningen. I en studie av Buijs et al (2016) så ger detta tillsammans kommuner möjlighet till att skapa nya metoder och arbetssätt för hur de vill arbeta med förvaltningen och de stora gröna utomhusområdena, samtidigt som detta bidrar till ett ökat inflytande och delaktigt både inom och runt organisationen. För ett mer medborgligt och demokratiskt förvaltningsperspektiv innebär inte enbart att brukare som i övrigt har liten makt inom förvaltningen skall få komma till tals utan också att andra enheter och organisationer i nära anslutning har möjlighet att lyfta fram sina synpunkter på ett rättvist sätt.

Förvaltningen av stora gröna utomhusområden är i stort kopplade till att fylla behovet som brukarna har av vistelse och att omgivas av gröna miljöer (Jansson & Lindgren, 2012). Dempsey & Smith (2014) beskriver att förvaltningen av stora gröna utomhusområden beror i stort på att förvalta och utveckla platsens kvaliteteter till dess maximala förmåga och därmed förbättra besökarnas möjligheter till hälsofrämjande kvaliteter. Detta innebär alltså att arbetet med att förvalta stora gröna utomhusområden inte enbart innebär att förvalta områden genom att sköta om dem utan även att utveckla dem till dess maximala kvaliteter vilket innebär både ytterligare och pågående fysisk planering och strategiskt arbete. Just vikten av brukaren i den fysiska miljön kring grönområdet lyfts i POU modellen (The park-organisation-user model) vilket innebär att brukaren är en viktig komponent i förvaltningsprocessen (se figur 1). POU modellen skapades av Randrup och Persson (2009) och beskriver hur brukaren är ett av hörnen i modellen som beskriver utomhusmiljön, parkförvaltningen och brukaren som de tre komponenterna i förvaltningen av stora gröna utomhusområdena.



Figur 1. Parkorganiseringsmodellen efter Randrup & Persson (2009)

Trots den förenklade parkorganiseringsmodellen i figur 1 så är förvaltningsprocessen ofta långt mer komplicerad än vad som anges i figuren. I en studie av Demsey & Burton (2011) så är det tre inledande momenten i förvaltningsplaneringen är planering, design och konstruktion vilket av Demsey och Burton är definierade som platsskapande. De två följande momenten förvaltning och skötsel är beskrivna som platsbehållanden i form av att de är de momenten som anses vara de som gör en plats till en särskild plats och inte bara till vilken plats som helst. Dempsey och Burton menar alltså att förvaltning och skötsel bidrar till att skapa en platskänsla så att brukarna känner igen sig på platsen. Jansson & Lindgren (2012) beskriver parkförvaltningens arbete med stora gröna utomhusområden, så som Mariebergsskogen, behöver dock inte vara linjär utan kan ha en cirkulär där förvaltningen av stora gröna utomhusområdena sker både långsiktigt samt innefattar fler aspekter av grönområdets utveckling så som planering, gestaltning samt förvaltning. Dessa delar kan sedan delas in i tre olika kategorier som från ett organisatoriskt perspektiv beskriver förvaltningen av stora gröna utomhusområden.

Randrup & Persson (2009) nämner att de tre kategorierna som beskriver förvaltningen är policy, taktisk och operationell. Policy beskrivs som den del av förvaltningen som är beslutsfattande och kan därmed anses vara den del som är den politiska nivån som beskriver det strategiska arbetet som utförs vars syfte är att driva visionen för grönområdets utveckling och de visioner som finns kring den. Dess arbete är alltså att vara den mer kreativa länken inom förvaltningen vars uppdrag är att driva utvecklingen av grönområdet framåt. Den taktiska delen av organisationen inom förvaltningen är där mål och visionerna som de tidigare delarna i förvaltningen skapat konkretiseras och realiserar genom planer och inventeringar som den operationella delen sedan kan arbeta utifrån. Den operationella kategorin i förvaltningen är den som innefattar det praktiska arbetet i utvecklingen och underhållet av

hälsofrämjande stora gröna utomhusområden. Ofta har denna kategori fått ett stort fokus vilket gör att tidigare delar har gått förlorade något som kan resultera i att utvecklingen inte fungerar som önskvärt. Trots att dessa tre kategorier är uppdelade i teorin så arbetar de ofta gemensamt som team för att driva arbetet med grönområden framåt på ett så effektivt sätt som möjligt i praktiken.

2.2.3 Förvaltning av grönområden i Sverige utifrån ett hälsofrämjande perspektiv

Förvaltning och planering av stora gröna utomhusområden görs för att öka folkhälsan, förståelsen för naturen och för att utveckla regionen. Skapandet av förutsättningar och utvecklandet av friluftsliv drivs av kommunen som har en nyckelroll i hela processen. (Naturvårdsverket, 2021). För användandet och förvaltandet av grönområdet är allemansrätten är den viktigaste lagstiftningen som finns i Sverige för friluftsliv (2 kap. 15 § RF). Även i miljöbalken så framgår vikten av att stora gröna utomhusområden skall skyddas, särskilt de i närheten av städer (3 kap. 6 § MB).

För stora gröna utomhusområden i Sverige tas en plan i 5 delar fram för förvaltningen, enligt Naturvårdsverket (2021), och planeringen av områdena som har en del likheter med den plan som Shah och Ranghieri (2012) presenterade i sin bok *A Workbook on Planning for Urban Resilience in the Face of Disasters* där en plan på 14 delar presenterades. I planen på 14 delar som de två författarna presenterade så ingår i stor utsträckning liknande delar som ingår i Naturvårdsverkets plan, även om Shah och Ranghieris plan är mer detaljerad. I naturvårdsverkets plan ingår delarna *Förstudie*, *Besluta om att ta fram en plan*, *Kartlägga och samla in kunskap*, *Dialog och ta fram förslag* samt sista steget *Beslut om att anta planen*.

Förstudie innebär att kommunen, vilket i denna studie är den aktör som det kommer att fokuseras på även om privata aktörer kan göra liknande planer för deras respektive verksamhet, får svar på de mest väsentliga frågorna i ett så tidigt stadium som möjligt. Förstudien blir alltså ett underlag för framtagandet av friluftslivplan eller en förvaltningsplan för grönområdet. *Besluta om att ta fram en plan* innebär att kommunen fattar ett beslut om en förvaltningsplan vilket innefattar att vilken typ av plan som behövs för området, eller områdena tas fram. *Kartlägga och samla in kunskap* innebär att kommunen kartlägger och samlar in kunskap om grönområdets olika förutsättningar, brukarnas behov samt framtida utveckling. Anledningen till att en kartläggning är viktig är för att skapa faktaunderlag. I detta steg kartläggs hur brukarna använder området, hur brukarna vill påverka området framöver och vilka aspekter inom områdets gränser som brukarna anser har rum för förbättring. Detta steg innebär också att invånarnas tillgänglighet till natur analyseras, men även naturens kvaliteter och vilka hinder som området har för att fler skall kunna använda stora gröna utomhusområden. *Dialog och ta fram förslag* innebär att kommunen utformar en dialog med de olika aktörerna som är delaktiga eller behöver vara delaktiga för att utforma planen. Planen utformas genom att kunskapen som tagits fram i de tidigare stegen analyseras och utifrån förstudien så utformas planen med dess innehåll. *Beslut om att anta planen* innebär att det, i tidigare stadium, beslutande organet inom kommunen beslutar och antar förvaltnings- och

friluftsplänen. Detta kan ske i form av ett tematiskt tillägg till en översiktsplan vilket innebär att tillägget behöver uppfylla de formella krav som en sådan plan kräver, även som en fristående plan (ibid.).

2.2.4 Folkhälsoperspektivet i utveckling av förvaltningsperspektiv

I ett rörelseprogram utfört av Hino et al. (2019) i Japan så undersöktes det av hur naturliga stora gröna utomhusområden kan användas för att bidra till en ökad fysisk hälsa hos invånarna genom att öka antalet steg per dag. I studien undersöktes det hur invånarna över 40 år i Japans näst mest tätbefolkade stad med ungefär 3.7 miljoner invånare påverkades av ett beslutstagande som ett rörelseprogram i sin vardag. Resultatet visade på att deltagarna i studien i större utsträckning rörde på sig mer i de fall ett mobilitetsprogram genomförs. Forskarna poängterar dock att sådana program inte är någon långsiktig lösning men, kan användas för att samla information om vilka platser i kommunen som behöver utvecklas samt för att implementera hälsofrämjande beteenden hos invånarna (Hino, et al., 2019).

I en studie av Brizio et al (2015) så beskrivs det att kognitiv och psykologisk utveckling hos barn och tonåringar utvecklas till viss del genom att de har en rumslig medvetenhet och tillgång till naturliga fysiska miljöer så som stora gröna utomhusområden. I en studie av Cele & Van Der Burgt (2015) så beskrivs det ett annat sätt att öka utvecklingen för barn och tonåringar är genom att på olika sätt involvera och låta dem vara del i den fysiska utvecklingen av platsen samt förvaltningen av grönområdet. Chapman et al. (2019) har visat på att ett sådant deltagande av den yngre delen av brukare av förvaltningsområden bidrar också till en förbättrad hälsa då de som deltar i förvaltningsprocessen i större utsträckning använder området även utanför uppdragen. Studien visade på att de barn och unga som på olika sätt var involverade i förvaltningen i större utsträckning använde området som transportsträcka till skola och fritidsaktiviteter i större utsträckning. Förvaltningen av områden vars syfte var att öka hälsan hos barn och unga genom användande av stora gröna utomhusområden ofta är förvaltat på ett sådant sätt att gång- och cykelstråk i området sällan har en god förvaltning på vinterhalvåret. En förvaltning av ett grönområdet som är förvaltat och planerat på ett sådant sätt att användningen av området, både för den yngre och äldre delen av brukarna, försvåras minskar de hälsofrämjande aspekterna av grönområdet (Chapman, et al., 2019).

Henkey (2018) visar på att förvaltning av stora gröna utomhusområden, eller de allra flesta allmänna platser, bygger på att en grupp som samarbetar är starkare och bättre än om enbart en individ gör allt arbete själv. Historiskt så handlade förvaltning av områden att utveckla stark och komplex infrastruktur som kunde hjälpa brukarna att använda området mer effektivt. I takt med att industriella lösningar blev mer vanligt i början av den industriella revolutionen så har mer tekniska lösningar på förvaltningen av samhällsdelar blivit vanligare. Förvaltningen och behovet av förvaltare av samhällsdelar i takt med samhällsutvecklingen har dock funnits sedan starten på det som idag definieras som samhällen. Förvaltningen av stora gröna utomhusområden så som vi vet den idag började dock mycket senare.

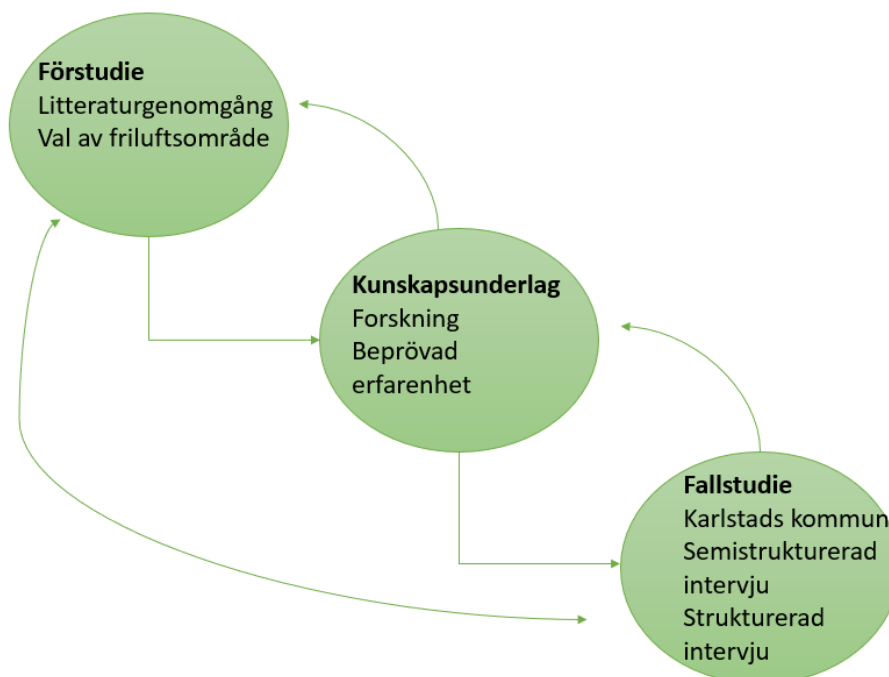
Förvaltningen av dessa områden är till stora delar inriktad mot en förvaltning som tar utveckling, risker, hot och värdefullheter i beaktning vid förvaltningen. I många fall så överlappar dessa delar men, är ändå viktiga för att hålla utvecklingen av stora gröna utomhusområden i närhet till städerna öppna för invånarna (Henkey, 2018).

3. Metod och tillvägagångssätt

3.1 Övergripande arbetsprocess

Studien har arbetats fram genom olika delmoment som har grund i syftet och forskningsfrågornas uppbyggnad varför en beskrivning till arbetsprocessen ges. Arbetsprocessen har sedan varit en grund för valet av metoder och bearbetning av det materialet som används. Studien är främst kvalitativ eftersom målsättningen med studien är att analysera sambandet mellan stora gröna utomhusområden och folkhälsa samtidigt som belysningen av brukare och förvaltningens olika perspektiv på sambandet mellan stora gröna utomhusområden och folkhälsa ges. Dock har studien en kvantitativ del i form av korta strukturerade intervjuer med brukare av Mariebergsskogen.

Arbetet med uppsatsen inleddes under september månad med en förstudie som innefattade en genomgång av litteratur och kontakt med Karlstad Kommun. Denna förstudie resulterade i ett kunskapsunderlag som sedan användes som ett analysverktyg för fallstudien som genomfördes för att få en djupare praktisk bild av sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusområden. Denna arbetsprocess har inte, och bör därför inte, tolkas särskilt linjärt utan ett iterativt tillvägagångssätt har i stället format studien (se figur 2). Bryman (2011) beskriver att anledningen till denna arbetsprocess, i förhållande till en linjär arbetsprocess, är att denna sorts process anses vara mer lämplig för analys av komplexa fenomen.



Figur 2. Arbetsprocess

3.2 Förstudie

Studien började med en genomgång av litteratur vars syfte var att introducera ämnet och skapa en kunskapsbas för att sedan analysera fallstudiens resultat emot. I litteraturgenomgången användes följande ord som sökord. Detta för att få en avgränsning i den tillgång på litteratur som finns. Ofta användes sökorden tillsammans, så som cities och management var använda tillsammans, för att ytterligare avgränsa sökresultaten. Sökningarna gjordes via SLU:s bibliotek och Google Scholar.

- Green outdoor environments + affects
- Green outdoor environments + cities
- Green outdoor environments + management
- Green outdoor environments + health
- Green outdoor environments + public health
- Gröna utomhusmiljöer + folkhälsa
- Friluftsområden + folkhälsa

Denna litteraturgenomgång skapade även möjligheter att lyfta centrala teoretiska perspektiv som är grundläggande vid beaktning av fallstudien och vid analyseringen av de svar som gavs under datainsamlingen. Förstudien visar på en grund för de kunskaper och forskning som sedan tidigare finns och åt vilket håll dessa pekar åt. Samtidigt visar litteraturgenomgången på ett initialt intryck av de fenomen och begrepp som studien omfattas av (Bryman, 2011).

Specifikt har det i den här studien krävts en genomgång av den mest relevanta litteraturen och som var passande i förhållande till syftet. Inom relationen för folkhälsa och större gröna utomhusmiljöer så har litteraturen varit omfattande vilket har inneburit att stor del av litteraturen har sorterats bort. I de fall en studie har referat till en annan studie som har varit av relevans för den här studien har även den refererade studien lästs. Förstudien har delats upp i två delar (se figur 2) utifrån de forskningsfrågor och syfte som har ställts i början av studien. För att få en djupare kunskapsgrund inför fallstudien beskrevs även Naturvårdsverkets guide för hur förvaltning utifrån ett folkhälsoperspektiv rekommenderas i Sverige idag. Detta för att få en tydligare bild av det svenska perspektivet. I övrigt har förstudien i stort fokuserat på internationell litteratur, även om en flertalet forskare är svenskar. Främsta anledningen till att flertalet av forskarna i den utvalda litteraturen till det teoretiska ramverket är svenskar är på grund av att många svenska forskare hör till de ledande forskarna i fältet.

3.3 Fallstudie

För att kartlägga, analysera och undersöka relationen mellan folkhälsa och stora gröna utomhusområden och i vilken utsträckning denna ses i ett fallstudieområde valdes Karlstad, och Mariebergsskogen ut som ett fallstudieområde. Av Herrera et al. (2016) beskrivs och definieras fallstudie som en metod där ett riktigt fall med en definierad kontext angrips med hjälp av olika datainsamlingsmetoder. Generellt innebär detta att en fallstudie är ett definierat

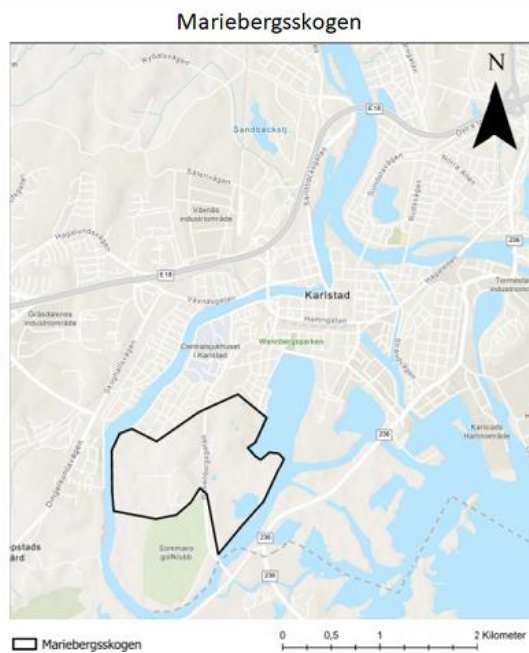
problem av en verklig situation som använder sig av verklig information som ett metodologiskt verktyg. Detta ger ofta studier en mer holistisk syn på ett verkligt problem, i stället för att enbart analysera tidigare litteratur.

Av Bennett (2001) beskrivs fallstudie som en metod som har funnits under lång tid men har under historien haft många olika benämningar. Två av de mest tydliga benämningarna som tydligt beskriver fallstudie som metod är *Alexander George's method 'structured, focused comparison'* och *Charles Ragin's method 'qualitative comparative analysis'*. Alexander Georges beskrivning av fallstudien som metod visar på att en fallstudie är en strukturerad metod som fokuserar på en del av ett problem eller ett fall. Fallstudien går alltså inte ut på att undersöka hela problemet utan att på ett strukturerat sätt undersöka en del av ett problem. Charles Ragins beskrivning av fallstudien beskriver fallstudien som en kvalitativ komparativ metod vilket tillsammans med Alexander Georges kan argumentera för att fallstudien är en metod för att utveckla typologiska teorier eller för att medföra generaliseringar om skilda kausala mönster som leder till ett visst resultat.

Yin (2014) beskriver fallstudie är därmed en bra metod när forskningsfrågorna inleds med *hur* eller *varför* och genomförs ofta i studier som fokuserar på en organisation, en del av ett samhälle eller en fysisk plats. Fallet som undersöks i fallstudien är dessutom ett fall som upplyser och undersöker de omständigheter som finns kring en vardagssituation. Hedman & Pettersson (2021) beskriver att detta innebär att fallstudier, så som denna, gör det möjligt att skapa en djupare förståelse för en komplex frågeställning som sambandet mellan folkhälsa och friluftsområde i nära anslutning till städer.

3.3.1 Val av fokusområde

I ett första skede kartlagdes Karlstad kommun och översiktsplanen för att undersöka vilket grönområde i Värmland som kan erbjuda stora gröna utomhusområden i direkt eller nära anslutning till stadskärnan. Då det i Värmland enbart bor strax över 280.000 personer, fördelat på en stor yta vilket gör länet till Sveriges sjunde mest glesbefolkade, finns det enbart en stor stad- Karlstad (Statistiska centralbyrån, 2020b). Karlstad är länets största stad med 94.000 personer (Karlstads Kommun, 2020) och i direkt närhet, 1 kilometer från centrum, finns ett stort grönområde på över 80 hektar (Karlstads kommun, u.å.) vilket gjordes att valet föll på grönområdet Mariebergsskogen i direkt anslutning till Karlstad (se figur 3 och bilaga 5 för fullstorlek).



Figur 3. Mariebergsskogens gränser i förhållande till Karlstads stadskärna

Anledningen till att Värmland valdes var för att detta är ett område i forskningen kring hälsofrämjande utomhusmiljöer som inte har undersökts i speciellt stor omfattning. Vid en sökning med sökordet 'Värmland' på Epsilons arkiv för studentarbeten framkom det 11 svar där 0 av dem hade koppling till hälsofrämjande utomhusmiljöer eller andra närliggande områden (Sveriges lantbruksuniversitet, 2021). Detta resultat gjorde ett sådant projekt mer intressant ur ett nyhetsperspektiv och tillskott till övriga studentarbeten och forskning inom fältet, eftersom ett sådant tillskott möjliggör en analys och jämförelse av hälsofrämjande utomhusmiljöer mellan olika delar i Sverige.

I första skedet kartlagdes Mariebergsskogens skötselplan för att få en bild av den befintliga förvaltningsperspektiven inför intervjuerna med respondenter från förvaltningen av Mariebergsskogen. Vidare undersöktes i vilken utsträckning det fanns personer med insikt i förvaltningen av grönområdet att kontakta för frågor om sambandet mellan stora gröna utomhusområden och folkhälsa och i vilken utsträckning som detta tar hänsyn till i förvaltningen. Detta valdes delvis utifrån samråd med samhällsbyggnadskontoret om vem med insyn i förvaltningen och folkhälsofrågor som de rekommenderade att kontakta. Men respondenten valdes också utifrån subjektiva urval för att få en så sanningsenlig bild som möjligt samt, för att samla in så mycket användningsbar information från intervjun som möjligt (Denscombe, 2009). Att det fanns en tydlig respondent var viktigt eftersom det är en viktig del av studien att undersöka förvaltningens roll i grönområdet och eftersom Mariebergsskogen har en tydlig förvaltning av sitt område och en ansvarig för detta valdes (Mariebergsskogen, u.å.). Mariebergsskogen valdes därmed för att denna ligger i direkt anslutning till staden och enbart 1 kilometer till centrum vilket gjorde att valet av fallstudieområde valdes till Mariebergsskogen.

3.3.2 Korta strukturerade intervjuer med brukare

För att få brukarnas bild av Mariebergsskogen så valdes det att göra kortare intervjuer med brukare som var på plats i Mariebergsskogen, främst i nära anslutning till Lillskogen, som är djurparken i området, och Naturum. Naturum är centrumet för att lära sig mer om djur, natur, geologi och historia av platsen men det finns även möjligheter att som besökare få hjälp med vandringar och utflyktsmål av Naturum.

Intervjuerna var strukturerade till formen vilket innebär att de en kvantitativ metod där en rad förberedda frågor där samma intervjufrågor ställts till varje informant i samma ordning. Enligt McLeod (2014) så finns det väldigt lite utrymme för intervjuaren att ställa frågor som inte är med i intervjuformaten från start, vilket gör intervjuformen till en sämre metod om det under intervjun uppkommer ny information som är intressant för studiens syfte. Dock är en strukturerad intervju bra när många intervjuer skall göras under en kortare tid vilket gör att ett större urval av informanter kan delta i studien vilket höjer trovärdigheten. En strukturerad intervju har även fördelen att den förenklar bearbetningen av materialet som framkom under intervjuerna.

I det här fallet genomfördes 27 intervjuer med informanter under början av oktober 2021. Varje intervju började med att informanterna informerades om syftet med studien. I varje intervju ställdes 5 frågor (se bilaga 1) där två av frågorna innefattade ålder och kön. För att identiteten på informanterna är ointressant i den här studien har åldern nämnts i steg om 10 år, förutom för de över 70 år och för de mellan 18 och 30 år. Av forskningsetiska skäl så har inga informanter intervjuats under 18 år. Har informanterna vid intervjutillfället uppgett en ålder under 18 år har intervjun avbrutits. Varje intervju hade en tidsåtgång på ungefär 10 minuter, några intervjuer blev något längre och andra något kortare. För att inte alla informanter skulle falla under samma kategori så valdes det aktivt ut de som olika gamla för att få ett bredare spann på intervjuerna och därmed ett bättre spann av respondenter för redovisningen av sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusområden nära städer.

3.3.3 Semistrukturerad intervju en förvaltningsrespondent

Hedin (1996) beskriver att en semistrukturerad intervju hör till den kvalitativa metodologin och innebär att studien utgår ifrån att verkligheten kan uppfattas på många olika sätt och att någon absolut sanning är komplicerad att hitta. Detta innebär alltså att det, med det här synsättet, går att formulera en rad relevanta frågor som kan besvaras och sedan ge relevant information som kan analyseras kvantitativt. Trots att det med verkligheten kan uppfattas på många olika sätt så används det, till skillnad från den kvantitativa metoden som användes vid de strukturerade intervjuerna med brukarna, väldigt ofta ett få antal personer som får svara djupare på frågor. Det innebär att den data som resultatet bygger på är kvaliteter, det vill säga att den bygger på ord, meningar och beskrivningar som inte kan kvantifieras. Dock finns det ändå möjligheter att belysa resultatet med mer kvantitativa modeller. Det är viktigt att urvalet av respondenter görs på ett sådant sätt att personerna är så olika varandra som möjligt och som har mycket att berätta om området som skall beskrivas.

I den här studien valdes det ut en respondent som dagligen jobbar med olika aspekter relaterade till folkhälsa och Mariebergsskogen. Respondenten arbetar som trädgårdsmästare vid Mariebergsskogen. Respondenten är med i den fysiska styrningen av området och har inblick samt förståelse för områdets utveckling. Respondenten intervjuades och intervjun tog ungefär 30 minuter (se bilaga 3). Intervjun ägde rum under slutet av december månad och transkriberades direkt efter intervjutillfället, vart efter inspelningen togs bort enligt respondentens önskan. Inför intervjun så skickades ett informationsbrev (se bilaga 2) via mejl ut till respondenten där syftet med studien, frivillighet, resultatets användning samt vem som respondenten kan kontakta vid frågor angavs.

Bearbetning av material

För att ge en så heltäckande bild som möjligt över sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusområden i anslutning till städer så grundades det på att kartläggningen och datainsamlingsmetoder är en metodtriangulering. En metodtriangulering är en metodform som innebär att flera olika metoder används för att samla in data som sedan analyseras (Bryman, 2011). För en fallstudie, som används i den här studien, är det lämpligt att använda sig av en metodtriangulering för att samla in material då detta ger en bredare bild av fallet samtidigt som de olika metoderna som används kompletterar varandra (Denscombe, 2009).

Eftersom studiens syfte bland annat är att öka förståelsen kring sambandet mellan folkhälsa och större grönområden så som stora gröna utomhusområden samt hur detta samband implementeras i det fysiska landskapet så valdes en hermeneutisk ansats för att bearbeta det material som samlats in. Enligt Patel & Davidson (2011) så används hermeneutisk ansats för att tolka, förstå men även förmedla olika dokument genom flera olika datainsamlingsmetoder. Detta innebär därmed att i den här studien används den hermeneutiska ansatsen för att tolka men, framför allt förstå hur folkhälsa implementeras i förvaltningen av större grönområden genom en intervju med en nyckelperson inom förvaltningen av Mariebergsskogen och i vilken utsträckning folkhälsa och större grönområden relateras genom de kortare intervjuerna med brukarna. Frejs & Thornberg (2015) beskriver att då en hermeneutisk ansats betyder att det studerade fenomenet måste förstås ur ett särskilt sammanhang innebär detta att folkhälsans förhållande till större grönområden och hur dessa ses i förvaltningen där den teoretiska bakgrunden används som en viktig pelare i bearbetningen av datamaterialet. Den teoretiska bakgrunden har inneburit att fallstudien har kunnat analyserats utifrån tidigare litteratur och forskning.

Frejs och Thornberg (2015) beskriver också att ju mer material som samlades in ju djupare analyser kunde genomföras, vilket innebar att i början av studien när enbart de strukturerade intervjuerna med brukarna var genomförda så var analyserna inte lika djupa eftersom förståelsen inte var lika djup. Detta innebär också att de djupaste analyserna genomfördes i slutet av analysarbetet när mer kunskap kring både samband och fallstudie var uppnådd, något som innebär att analysarbetet aldrig var samma vid två tidpunkter, vilket resulterade i en allt större förståelse. I bearbetningen utgicks bearbetningen från en allmän tolkningslära inom den

hermeneutiska ansatsen vilken främst fokuserar på tolkningen av det insamlade materialet samt förståelsen av det samma utifrån följande två steg.

1. Konstaterande av vad som hörts vilket skapar en grund för kommande analysarbeten. Här fokuseras det främst på vad som kan anses som naturligt och självklart.
2. Se bortom vad som kan anses som naturligt och självklart och fokusera med hjälp av tidigare kunskap på vad som kan vara anledningen eller bakgrunden till det som dokumenterades i steg ett.

Trots att dessa två steg användes för bearbetningen så följdes de inte slaviskt utan i stället pendlade forskaren mellan dessa två stegen beroende på vad som passade och vart i processen som bearbetningen befann sig i. I första steget undersökes det vad respondenten och brukarna hade sagt och användes för att kartlägga sambandet medan det i andra steget mer gjordes en tolkning för att utläsa utvecklingsmöjligheter för större grönområden vilket användes för att reflektera och analysera över arbetet av och i Mariebergsskogen. I det andra steget användes den teoretiska bakgrunden för att på ett mer strukturerat sätt analysera materialet och reflektera över sambandet mellan större grönområden och folkhälsa.

För de strukturerade intervjuerna användes det enbart av Excel för att lättare få en överblick över det kvantitativa materialet, något som sedan i steg 2 analyserades med hjälp av det teoretiska ramverket för att skapa stöd för de reflektioner och analyser som gjordes. För den semistrukturerade intervjun användes oTranscribe, ett gratisprogram som används för att transkribera inspelade intervjuer (oTranscribe, u.å.), för att transkribera intervjuerna med brukarna. Material som ”eeeeee”, ”aaaaa” och tystnader samt bakgrundsljud togs inte med i transkriberingen eftersom dessa inte ansågs att bidra till en djupare analys. Materialet analyserades sedan innan det teoretiska ramverket bidrog till en djupare analys av datamaterialet. Detta material togs sedan bort enligt önskan av respondenten när resultatet var färdigt.

3.4 Metodologisk diskussion

I denna avslutande del av metodologin så diskuteras både metodval, fokusområde, datainsamlingsmetoder och till sist bearbetningen av den data som samlades in för att utföra studien. I denna del diskuteras det om hur detta har påverkat studiens tillförlitlighet och utförande samt både stärkt och begränsat möjligheterna att svara på de inledande forskningsfrågorna samt uppfylla studiens syfte. Då denna studie i stora drag är en kvalitativ forskningsstudie så reflekteras det över i denna diskussion i vilken utsträckning studien kan styrka och bekräfta samt över hur studiens trovärdighet, pålitlighet och överförbarhet är. Anledningen till att studien har utvärderats utifrån dessa kriterier är för att kvalitativ forskning är svårbedömt i form av hur tillförlitlig studien är då varje studie inom denna kategori är väldigt individuell och därmed är tillförlitligheten i studien svårbedömd (Denscombe, 2009;

Bryman, 2011). Eftersom att vara medveten kring hur ens forskning är uppgår till en väsentlig och omfattande del av möjligheten att styrka och bekräfta ens forskning och vara medveten om sin egen roll i projektet. Detta innebär att författaren förstår att det inte är möjligt att uppnå en fullständig objektivitet i studien även om detta eftersträvas. Detta innebär också att författaren är medveten om hur tidigare förkunskaper, såväl professionella som personliga, eventuellt kan påverka studiens slutsatser och genomförande, och därmed ser till att dessa personliga värderingar inte påverkar studien. Fullständig objektivitet är inte något som eftersträvas men, kunskapen och kännedomen om en objektivitet och tidigare akademiska kunskaper kan resultera i att objektivitet vid datainsamling och analys av det insamlade datamaterialet. Genom att författaren har en hermeneutisk ansats och använder sina tidigare kunskaper och erfarenheter ökar förståelsen för det insamlade datamaterialet vilket gör att forskaren kan analysera materialet djupare och bredare vilket påverkar studiens resultat positivt (Bryman, 2011). I det enskilda fallet har författaren tidigare arbetat med folkhälsofrågor i relation till den fysiska miljön vilket gör att en viss subjektivitet finns. Dock saknas tidigare erfarenheter om förvaltningsfrågorna vilket gör att den kunskap som författaren besitter kring denna del av det studerade området utgår från den forskning och kunskap som finns, något som utgjort möjligheten till analys av ämnet.

För trovärdigheten har målet varit att finna så relevant och tillförlitligt datamaterial som möjligt för studien. Detta har gjorts genom att vara uppmärksam på de olika styrkor och brister som studiens olika metodologier har, för att kunna förbättra trovärdigheten.

Även i datainsamlingen har trovärdigheten utvärderats för att behålla en god källkritik och medvetenhet om materialet som samlats in. Detta har bland annat inneburit att i så god mån som möjligt välja bort data som kan innehålla information som inte kommer från primärkällor för att bibehålla en så god trovärdigheten. I datainsamlingen till den teoretiska genomgången har även data som inte granskats innan eller kommit från offentliga dokument i största mån valts bort för att undvika snedvriden information eller direkt falsk information (Denscombe, 2009). Även vad gäller datainsamlingen till resultatdelen har trovärdigheten värderats högt för att hålla en så god medvetenhet som möjligt, detta har gjorts genom att välja ut respondenterna med stor hänsyn. Respondenten har valts ut genom att välja en respondent med så bred syn på frågeställningarna som möjligt. För detta har respondenten till de strukturerade intervjuerna valts ut utifrån ålder och kön för att försöka få en så bred bild av brukarna av Mariebergsskogen som möjligt för att öka trovärdigheten. För trovärdigheten bland den semistrukturerade studien så har följdfrågor ställts i de fall författaren inte har uppfattat svaren och kommentarerna rätt, vilket har använts för att undvika eventuella feltolkningar. Ifall respondenten har önskat har det även funnits möjlighet att granska utdrag från studien och de resultat som deras insats har bidragit till (ibid.).

För den semistrukturerade intervjun har det använts triangulering för att ytterligare stärka trovärdigheten i studien. Detta har gjorts för att analysera, komplettera och i viss mån samt i den grad det är möjligt att verifiera den data som framkom av de semistrukturerade intervjuerna (Denscombe, 2009). Att använda triangulering som del av metodologin för att öka trovärdigheten är viktigt i de fall metoderna kan vara bristfälliga eller i den fall

informationen är svåråtkomlig i den mån respondenten inte haft möjlighet att svara på frågorna. Förhoppningen från början var att finna en respondent via parkförvaltningen som hade insyn om verksamhetens arbete både rörande Mariebergsskogen och rörande mindre grönområden och parker i centrala delarna av Karlstad. Dock visade det sig att detta var svårt att uppfylla och i stället valdes det ut en respondent som enbart, eller till allra största del arbetar med Mariebergsskogen och omgivning.

Till följd av den ökade spridningen av Covid-19 så valdes den semistrukturerade intervjun att genomföras via en digital plattform. Däremot fanns det möjlighet att genomföra de strukturerade intervjuerna på plats utomhus i Mariebergsskogen då restriktionerna hade lättats. I stort genomfördes trots detta den semistrukturerade intervjun på ett strategiskt sätt med ett strategiskt urval som skulle hjälpa studien att resultera en ökad helhetsförståelse, nå mer generella slutsatser för sambandet mellan folkhälsa och större grönområden samt utveckla eventuella tidigare begrepp, hypoteser och teorier som användes tidigare i studien. Att välja ett sannolikhetsurval för den här fallstudien hade troligen gjort att tidigare mål och syften med intervjuerna hade gått förlorade eftersom sannolikheten är att respondenten inte hade haft samma erfarenheter kring förvaltningen av Mariebergsskogen (Svensson, et al., 2015). Däremot användes ett sannolikhetsurval av brukarna för att få en så bra bild som möjligt av det totala antalet brukare och dess användande av grönområdet. Att använda ett strategiskt eller ett pragmatiskt urval i stället kan göra att författarens egna erfarenheter och bakgrund styr urvalet skulle kunna resultera i ett felaktigt urval och att slutsatserna som därmed dras av resultatet blir felaktiga.

Denna metodologi som används för det här arbetet är en blandning mellan en hypotetisk-deduktiv metod och en induktiv metod med en hermeneutisk ansats. En hypotetisk-deduktiv metod innebär att de teorier och hypoteser som samlats in testas. I det här fallet testas huruvida närhet till stora gröna utomhusområden har någon påverkan på människors användande av dessa och därmed folkhälsan. En sådan metodologi kräver en mer noggrann problemformulering och ett större datamaterial, ofta i form av enkäter och andra typer av kvantitativa datainsamlingsmetoder (Svensson, et al., 2015). Anledningen till att detta ville testas och undersökas beror på att den forskning som finns inom det här forskningsfältet idag främst består av forskning utförd i större städer eller i direkt närhet till större städer. Medan lite material finns om mellanstora, Karlstad är på 23:e plats bland Sveriges tätorter (Statistiska centralbyrån, 2020a), städer och dess korrelation till större grönområden och folkhälsa, därav den strukturerade intervjun där kvantitativ data samlades in som sedan analyserades enskilt och i samklang med kvalitativa data från den semi-strukturerade intervjun.

En induktiv metodologi innebär att enskilda fallstudieområden eller observationer används för att arbeta fram ett mer generellt resultat som tillsammans med en mer kvalitativ metod används den empiriska datainsamlingen som ett sätt att skapa nya teorier (Svensson, et al., 2015). Denna metodologi valdes för att i den här studien så används förvaltningsdelen för att bidra från hur förvaltningsorganisationen resonerar kring sambandet mellan stora grönområden och folkhälsa samt i vilken utsträckning de är medvetna om detta i sin dagliga planering. Detta tillsammans med den induktiv metodologin resulterades i att studien kan

klassificeras som en abduktiv metodologi där det användes en blandning mellan den strukturerade intervjun med brukarna och den semi-strukturerade intervjun med en respondent som arbetar med Mariebergsskogen.

4 Fallstudieområde

Mariebergsskogen är lokaliserad i sydvästra delen av Karlstad en kilometer utanför centrum i Värmlands län (Karlstads Kommun, 2016a). Karlstad består av över 94.000 invånare och ligger mitt emellan de två huvudstäderna Stockholm och Oslo (Karlstads Kommun, 2020). Mariebergsskogen är Karlstads stadspark med en storlek på strax under 80 hektar, där hela grönområdet är fritt från bilar, cyklar och andra fordon (Karlstads kommun, u.å.). Grönområdet drivs av det kommunala bolaget Mariebergsskogen AB, vars deluppgift, förutom förvaltning och skötsel av området, är att driva verksamheten Naturum Värmland i grönområdet vars syfte är att öka kunskapen kring natur, naturvård och miljöfrågor (Karlstads Kommun, 2016a). Detta görs via utställningar för allmänheten och guidningar av skolungdomar som skall bidra till en ökad inspiration för naturupplevelser (Karlstads kommun, 2016b). Naturupplevelserna stärks även av att det i Mariebergsskogen finns större och tätare furuskogar där inslag av tallticka finns längs med stammarna. Det finns även andra sällsynta arter i Mariebergsskogen, vilka omnämns dock inte i någon naturvårdsplan rörande Mariebergsskogen (Karlstads kommun, 2016; Karlstads kommun, 2016a), som är anknutna till den äldre furuskogen i grönområdet (Karlstads kommun, 2016a).

Enligt Karlstads kommuns (2016a) nulägesbeskrivning av viktiga stora gröna utomhusområden så har det vid tre olika tillfällen med fyra års mellanrum, 2002, 2006 och 2010 undersökts kultur- och fritidsvanorna hos invånarna i kommunen. Resultatet från analyserna visade på att både natur- och fritidsaktiviteter blir alltmer vanligt. Av respondenterna i analyserna visades det att 87 procent av invånarna minst en gång per år befinner sig i skog- och naturområden och 65 procent vandrar på vandringsleder i natur- eller stora gröna utomhusområden minst en gång per år. En annan undersökning i samma område gjord av SCB från 2016 visade att invånarna i Karlstads kommun tycker att tillgången till grönområden och naturområden är mycket bra. På en tiogradig skala där 10 är det högsta betyget gav Karlstads kommuns invånare betyget 8,0.

Mariebergsskogen gränsar både mot staden och Klaraälvsdeltat med dess mer orörda delar. Mariebergsskogen används i hög andel av friluftsliv och det beror, enligt nulägesbeskrivningen, på att grönområdet har varierande natur, strandängar som ger kontakt med den angränsande älven, lövskogarna i skogen samtidigt som de äldre tallarna i det som kallas för gammelskogen bidrar med ett mer orört inslag. En annan anledning till att Mariebergsskogen är ett populärt friluftsområde är att stora delar av lederna i området är tillgängligt med både rullstol och andra mobilitetshjälpmedel, samtidigt som toaletter, grillplatser, belysning och caféer är inslag i grönområdet vilket gör det mer populärt för hela familjen. Området har även en mycket god tillgänglighet genom gång- och cykelvägar men även via bilparkeringar och buss (Karlstads kommun, 2016a).

Den handlingsplan Mariebergsskogen har är mycket generell och behandlar få detaljer om vilka typer av åtgärder som skall genomföras för att sköta och vidareutveckla grönområdet.

Det framgår att det i grönområdet skall finnas både utställningar och aktiviteter som har som syfte att både bidra med mer kunskap om naturskydd och biologisk mångfald men, även uppmuntra besökarna till mer vistelse i naturen. Aktiviteterna skall finnas angivna i en evenemangskalender på Karlstads kommuns hemsida. För att genomföra detta skall det finnas information om utflyktsmål på svenska, engelska och andra vanliga språk som talas av invånarna. Ambitionen med detta är att genom att sprida information på språk som skall anses så enkelt att förstå som möjligt för invånarna blir informationen mer tillgänglig. Hur denna information skall spridas framgår inte i detalj av handlingsplanen men, det framgår att en digital pekskärm skall finnas tillgänglig för information om grönområdet i Mariebergsskogen. En av de punkter som framgår som mycket viktigt i handlingsplanen för Mariebergsskogen är att undervisning i och kring grönområdet är mycket viktigt. Undervisningen hoppas skall kunna genomföras i alla åldrar för skolklasser från förskoleålder till gymnasie-ålder (Karlstad kommun, 2016a).

5. Resultat

Detta kapitel visar på resultaten från den semistrukturerade intervjun med förvaltningen över Mariebergsskogen och de strukturerade intervjuerna med brukarna.

5.1 Semistrukturerad intervju med förvaltningen

Respondenten arbetar som trädgårdsmästare vid Mariebergsskogen och har som sitt ansvarsområde att ta hand om parken i Mariebergsskogen som kan delas upp i två delar; övre och undre delen. Den övre delen är delen där de flesta aktiviteter tar plats och är en plats för en ökad ljudnivå samt sociala aktiviteter. Om brukaren i stället önskar sig en lugnare tillvaro så finns det möjlighet att vistas i den nedre delen där det i stället hålls en lägre ljudnivå och där platsen för avslappning och lugnare aktiviteter finns.

1. Vilka projekt med koppling till Mariebergsskogen arbetar du med?

Respondenten arbetar med parkmiljöerna i Mariebergsskogen, vilket innebär att hennes område inte är inom Mariebergsskogens natur- och strandområden. Parkmiljön innehåller både modernare element och mer historiska inslag. Hennes område sträcker sig från drift- och utvecklingsfrågor, både vad gäller planering och utförande. ”...så jag är både praktisk men också planerande då”.

Folkhälsa och förvaltning

2. Upplever du att folkhälsa, eller hälsa överhuvudtaget, är något som beaktas i planeringen och förvaltning kring Mariebergsskogen?

”Absolut eftersom vi vill vara en trevlig miljö för våra besökare, för Karlstadsborna och deras besökare”. Hon nämner att väldigt många av brukarna tar med sig sina besökare till Mariebergsskogen och att antalet brukare därmed är från fler platser än enbart Karlstad. Vilket gör att förvaltningen är måna om att hålla en balans mellan hur byggnationer och anläggningar planeras, förvaltas och sköts samt hälsoperspektivet. Balansen mellan detta nämner hon är viktigt för att få miljöerna i Mariebergsskogen lugna och trevliga. Men tillägger även att mer fartfyllda aktiviteter även är något som prioriteras.

3. Hur prioriteras det mellan lugna och mer fartfyllda aktiviteter för att få med alla brukares behov?

”Om vi bara pratar parkdelen nu då, skogen och strandängarna är ju mer lugna i sin karaktär...”. Att Mariebergsskogen har olika delar som park, skog och strandängar är av hög vikt för helhetsuppfattningen och bidrar med många olika karaktärer, något för alla, är tydligt även om respondentens huvudområde är inom parken. Hon påpekar dock att trots att skogen och strandängarna är lugnare i sin karaktär så kan det även där bli mycket brukare under perioder. I parken som är respondentens huvudområde är parkmiljön uppdelad i två delar, en

nedre och en övre del. Den nedre delen är mer modern i sitt arkitektoniska uttryck med plats för badplats, lekträdgård och evenemang. Den övre delen är *”lugnare så sätt att vi har kulturmiljöer”*, men även att den innehåller en djurpark med till exempel får vilket gör att tempot är lugnare och mer fridfullt.

4. Hur ser du på sambandet mellan hälsa och grönområden i din yrkesroll?
”Den är ju liksom självklar och vi har så pass mycket stöd för det”. Hon påpekar att detta inte är något som enbart gäller i hennes yrkesroll eller Mariebergsskogen utan något *”branschen argumenterar med”*. Hon nämner att sambandet mellan hälsa och grönområden är av stor vikt vid argumentationer och förhandlingar för det är det sambandet som används för att lyfta vikten av grönområdet. Däremot brukar inte hälsobegreppet delas upp i de två huvudkategorierna mental och fysisk hälsa utan beaktas som ett begrepp: hälsa. Anledningen till detta är för att om fysisk hälsa skulle användas som ett begrepp i diskussionen så är *”...det lätt att man kommer in på tillgänglighetsfrågor...”*. Vilket även är något som respondenten nämner är något som avsätts en *”hel del tid för naturligtvis”*, men som därmed kanske inte nödvändigtvis ryms i begreppet hälsa. Det är därmed viktigt att skapa, sköta och förvalta miljöer som alla kan använda. Hon nämner att närheten till sjukhuset gör att det är vanligt att både personer på sjukhuset och de som besöker sina närstående på sjukhuset kommer till Mariebergsskogen.

5. Brukar brukarna involveras i förvaltningsprocessen för att förbättra området och främja en mer hälsofrämjande miljö?
Trots att nämner att hon inte riktigt är rätt person att svara på frågan så nämner hon att det som gäller hennes område ändå innebär en interaktion med brukare av Mariebergsskogen angående förvaltningsprocessen. Detta nämner hon dock oftast inte sker genom enkäter, trots att en sådan undersökning har gjorts genom anlitanande av ett annat bolag, utan via direkt kontakt med brukare när hon arbetar utomhus med skötsel till exempel. Brukarna involverar sig gärna själva också genom att skicka mejl eller kontakta Mariebergsskogens ansvariga, till exempel respondenten, genom deras Facebook-sida som används som en av kontaktvägarna mellan förvaltning och brukare. Hon nämner tydligt att hon är tacksam för brukarnas engagemang kring förvaltningen då brukarna ibland upptäcker saker som behöver ordnas, önskas eller bara vill ge beröm, innan personalen gör det. Något som hon nämner kan bero på att det är många av brukarna som är återkommande och som använder Mariebergsskogen på regelbundet, och många som besöker området varje dag.

Trots att få undersökningar med enkäter görs från Mariebergsskogens sida så fanns det eventuellt planer på att göra en sådan, KBU (Kund och brukarundersökning), under 2021 men denna blev då stoppad på grund av pandemin och de restriktioner som gällde. Det har tidigare gjorts flera Kund- och brukarundersökningar som har varit jämnt utspridda över brukares ålder och så vidare, men även en del medborgarförslag har lämnats in vilket har varit en annan källa av kommunikation mellan brukare och förvaltning.

Utmaningar och möjligheter kring hälsofrämjande åtgärder

6. Vilka utmaningar har ni stött på när ni utvecklat för bättre hälsa?

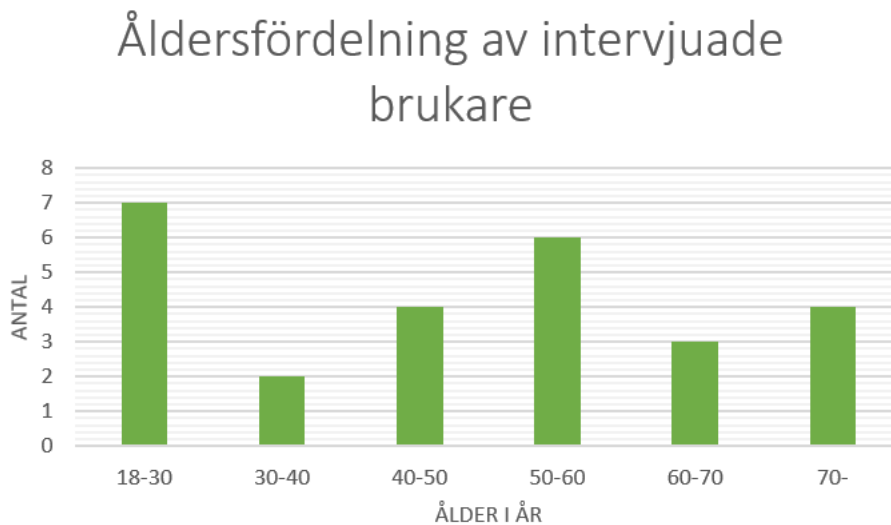
Mildra vintrar tillsammans med ett högt antalet besökare har varit något som har varit en utmaning för förvaltningen att lösa. ”*Så har det ju varit under ett antal år så vi har hunnit testa en del olika*” markbeläggningar som skall tåla det höga slitagettrycket under denna tid av högt användande och en mark som inte riktigt är anpassad för uppdraget. En typisk fråga som respondenten nämner som de arbetar med mycket gällande markbeläggningar är ”*Hur kan vi bygga i april för väldigt mycket tramp när marken är känslig?*”. För de utmaningar som förvaltningen stöter på under årets gång så diskuteras det här vid regelbundna möten. En annan utmaning är det förändrade användandet, något som kan vara en utmaning för att marken skall klara belastningen av användandet från de 500,000 besökare per år.

7. Vilka planer för Mariebergsskogen finns det framöver för att bidra till en bättre hälsa för Karlstadsborna?

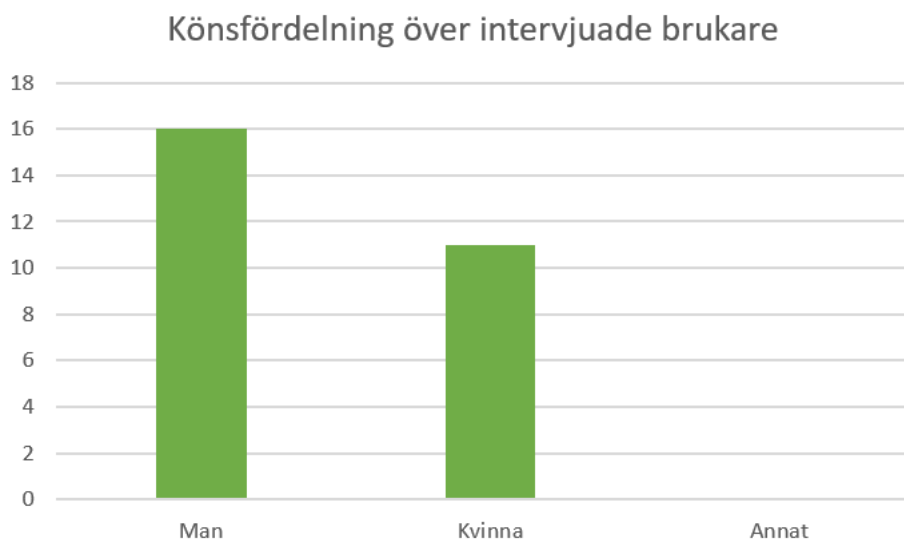
Mariebergsskogen har olika samarbeten med skolor som kommer till platsen för att lära sig mer om natur och naturmiljöer men, ”*...inte några direkta uppgifter i förhållande till hälsa*”. Respondenten fortsätter dock med att nämna att ett av samarbetena sker med en gymnasiesärskola som besöker Mariebergsskogen två gånger i veckan, där eleverna ibland får uppdrag av personalen på Mariebergsskogen och ibland får de göra saker tillsammans med personalen. Något som personalen vid skolan anser är viktigt för elevernas hälsa och utveckling, men det är inget som mäts av Mariebergsskogen för att förstå i vilken utsträckning sådana här projekt bidrar till en bättre hälsa. I övrigt finns det planer om att utjämna höjdskillnaderna i parkområdet mellan övre och undre delen vilket har varit i planeringsfasen under lång tid och som förhoppningsvis kan börja redan nästa år.

5.2 Strukturerade intervjuer med brukare

I figurerna 4–10, här under, har all insamlad data visats. Figurerna är en sammanställning av resultatet utifrån de frågor som ställdes vid de strukturerade intervjuerna. I figurerna framgår enbart de resultaten som framgår av de strukturerade intervjuerna, vilket innebär att andra anledningar som kan ha påverkat svaren och vilka brukare som var på plats när intervjuerna genomfördes och som valde att bli intervjuade inte angetts i figurerna. Sådana anledningar kan vara till exempel väder, vilket kan påverka denna del av fallstudiens resultat men som inte framgår av figurerna.

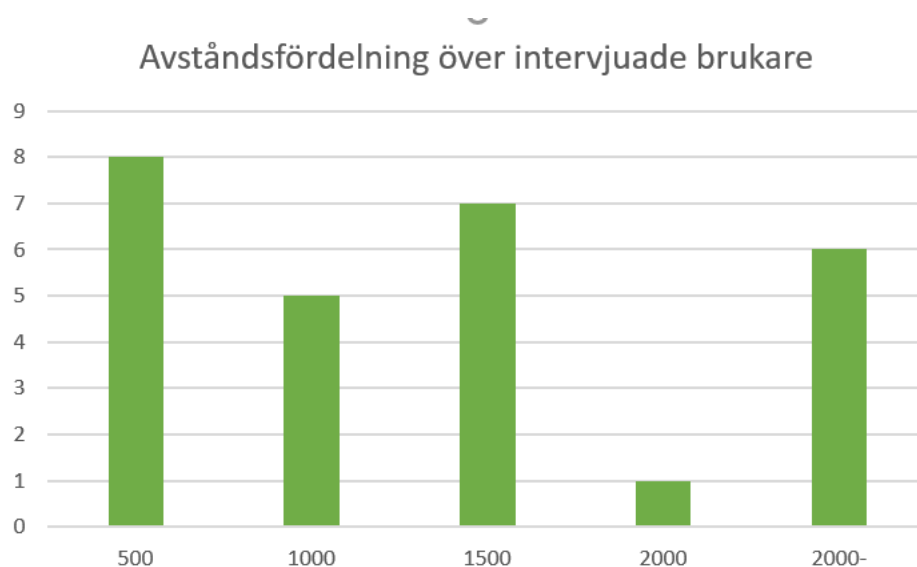


Figur 4. Åldersfördelning av intervjuade brukare angivet i år



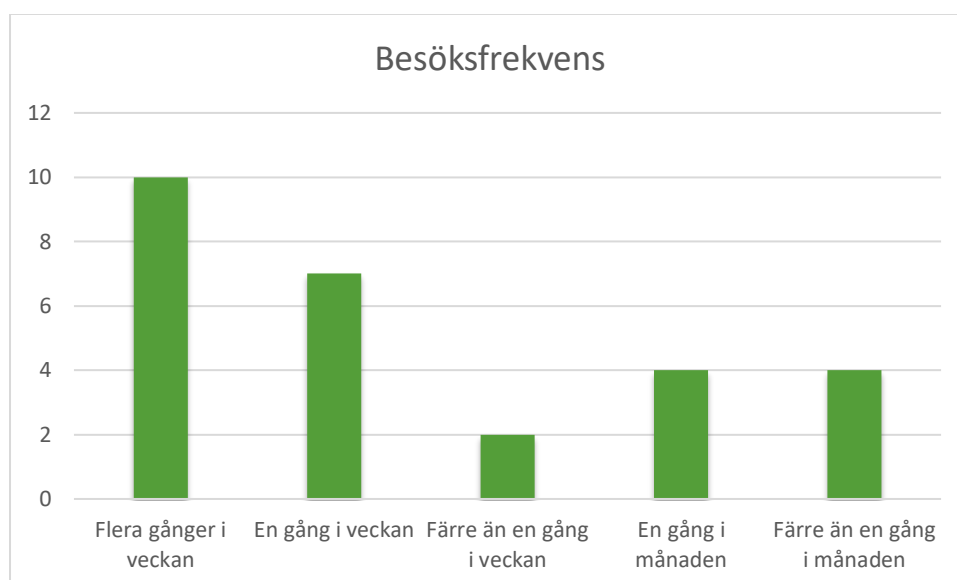
Figur 5. Könsfördelning över intervjuade brukare

Könsfördelningarna, se figur 5, kommer utifrån de svar som brukarna har angett som sitt val av könsidentifiering. Vid intervjuerna så intervjuades det enbart personer som identifierade sig som man eller kvinna.



Figur 6. Avståndsfördelning över intervjuade brukare angivet i meter

Avståndsfördelningarna är en uppfattning av avstånd mellan brukarens hem och Mariebergsskogen, se figur 6. Avståndsfördelningarna har delats upp med ett intervall på 500 meter. Detta är enbart uppfattningar, och bör därför inte tolkas som en korrekt sanning. Anledningen till att avståndsfördelningar har angivits i stället för tidsåtgång beror på att litteraturen (jfr Hinckson et al., 2017) ofta anger avstånd och inte tidsåtgång då tidsåtgången kan vara beroende på ett andra aspekter så som transportmedel.

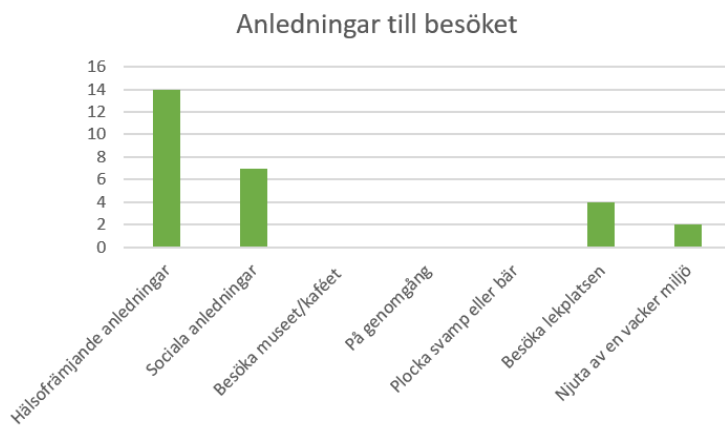


Figur 7. Besöksfrekvens

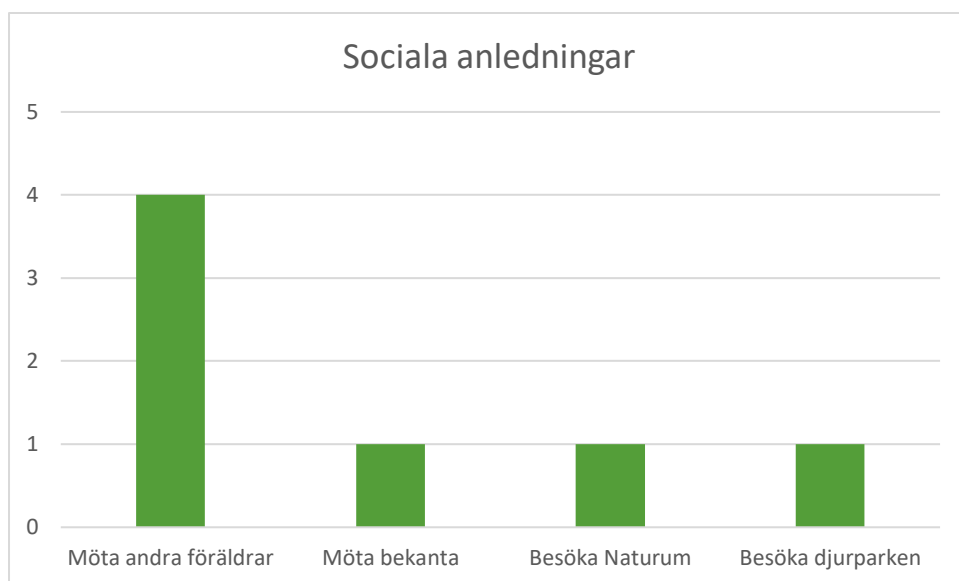
Besöksfrekvensen visar på hur många gånger varje respondent besöker Mariebergsskogen där varje respondent har fått besvara frågan hur ofta som respondenten gör ett besök. Av figur 7

går det att utläsa att de allra flesta brukare, 10 stycken, besöker Mariebergsskogen flera gånger i veckan.

Av dessa brukare så angavs det i figur 8 fyra olika anledningar till att brukarna besöket Mariebergsskogen. I figur 8 anges huvudorsaken som sedan förtydligas i figur 9 och 10. I figur 9 och 10 har huvudanledningen till besöket angetts. Detta innebär att om brukaren angav flera olika anledningar till besöket så har den anledning som brukaren angav som den främsta angetts. Detta för att lättare kunna kategorisera vad den huvudsakliga anledningen till besöket var.

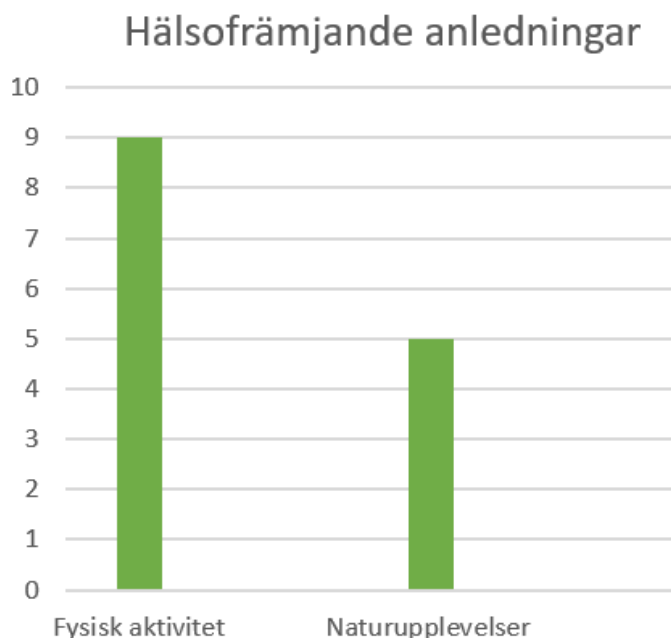


Figur 8. Anledningar till besöket



Figur 9. Sociala anledningar till besöket

Hälsofrämjande anledningar har delats upp i fysisk aktivitet och naturupplevelser eftersom det var dessa två kategorier som brukarna angav som svar i intervjuerna. Fysisk aktivitet har här använts som en kategori för att kategorisera all fysisk aktivitet, så som promenad, användande av träningsredskap och löpning. Naturupplevelser har använts som kategori för att kategorisera samtliga anledningar som innefattar naturupplevelser så som fågelskådning, plockning av bär och plockning av svamp.



Figur 10. Hälsofrämjande anledningar till besöket

6. Analys

Följande två analyser av resultatet behandlar de strukturerade intervjuerna med brukarna av Mariebergsskogen och är uppdelad i två delar (4.1 och 4.2) med en tredje delen av analysen som behandlar analysen av intervjun med förvaltningen. Anledningen till att analysen av de strukturerade intervjuerna är uppdelad i två delar beror på att resultatet visar på två tydliga delar om över och under 50 år där resultaten inom de kategorierna är relativt entydiga.

6.1 Brukares användande av Mariebergsskogen i förhållande till avstånd för brukare över 50 år

Av resultatet finns en tydlig skillnad mellan hur ofta Mariebergsskogen används och hur långt ifrån grönområdet som brukarna bor. När brukarna är över 50 år visar resultatet på att de som bor närmare än 500 meter i större utsträckning besöker grönområdet jämfört med dem som bor längre bort. På vilket avstånd som brukarna bor inom en radie på 1000 meter spelar mindre roll visar resultatet på. Skillnaden är dock störst då ingen av de intervjuade brukarna över 50 år bodde längre bort än 1000 meter. Detta kan bero på flertalet olika anledningar så som antalet besökare vid intervjutillfället eller att forskaren av slump inte intervjuade någon som bor på längre avstånd från grönområdet. I tidigare studier har detta dock inte visat sig vara ovanligt. I en studie av Hinckson et al. (2017) så undersöktes det hur antalet minuter av fysisk aktivitet per dag i förhållande till avstånd från gröna utomhusmiljöer relaterade. I den studien undersöktes det hur ungdomar påverkades av avståndet mellan gröna utomhusmiljöer och antalet minuter av fysisk aktivitet korrelerade vilket visade på att ungdomar som bor inom 2 kilometer från ett grönt utomhusområde i genomsnitt rörde sig 20 minuter mer per dag. I Hincks sons studie undersöktes dock ungdomar men, trenden att de som bor i nära anslutning till gröna utomhusområden i större utsträckning rör sig mer än de som inte gör det verkar vara konstant även i vuxen ålder. Därmed finns det anledningen att tro att anledningen till att ingen brukare över 50 år intervjuades för den här studien bodde över 1000 meter från Mariebergsskogen är för att urvalet av denna grupp är mindre än de som bor i närmare anslutning.

Vidare visade resultatet på att för de som var över 50 år i större utsträckning besökte grönområdet för hälsofrämjande och rekreations anledningar än de yngre brukarna. Av de 13 brukarna som intervjuades var 5 (38%) där för att träna i utomhusgymmet, springa en runda i någon av löpspårerna eller bara för att promenera ”där det inte är så högljutt”. Två andra brukare var i Mariebergsskogen för att fågelskåda och njuta av naturen. De sista sex brukarna som intervjuades över 50 år var där för att umgås med vänner och familj. Hur brukarna använde området var det ingen skillnad mellan könen. Anledningen till att det inte var så stor

skillnad kan bero på flera anledningar, en av dem är troligen att av de 13 intervjuade brukarna var 8 där i sällskap med ett annat kön, vilket troligen förklarar varför deras svar var liknande.

En skillnad som dock upptäcktes utifrån resultatet av de strukturerade intervjuerna med brukarna är att beroende på avståndet från Mariebergsskogen så var målsättningen att utföra olika aktiviteter. De brukarna som bodde närmare området inte bara besökte området i större utsträckning utan var i större utsträckning där för att träna, njuta av naturen eller promenera tillskillnad från dem bodde längre ifrån området. De som bodde längre från området var i större utsträckning där för att umgås med vänner och familj. Dessa hade som målsättning av att besöka Naturum, eller titta på djuren tillsammans med familj. Anledningen till att denna skillnad kan bero på att de som bor längre från området vill upptäcka och besöka området som en utflykt i större utsträckning än de brukare som bor i närmare anslutning och därmed kan besöka området i en större utsträckning vilket kan minska anledningen att använda området som ett utflyktsmål i samma utsträckning (Westberg Ekerljung, 2021). Dock finns det fortfarande stora hälsofrämjande anledningar att besöka ett större grönt utomhusområde enligt tidigare forskning i större utsträckning vilket möjligtvis kan innebära att de som bor närmare Mariebergsskogen i större utsträckning främjas ur ett hälsomässigt perspektiv i förhållande till dem som bor längre bort. Anledningen till detta är dels på grund av att de i större utsträckning använder området, dels på de fördelar som att bo i nära anslutning till gröna utomhusmiljöer ger (Paldanius, et al., 2019; Folkhälsomyndigheten, 2019).

Att bo nära ett grönt utomhusområde kan innebära att bullernivån sänks vilket påverkar hälsan positivt eftersom en lägre bullernivå utvecklar en bättre sömnkvalitet vilket är hälsofrämjande. En bättre sömnkvalitet genererar även i en högre energinivå vilket kan vara en av anledningarna till att de brukare som bor i nära anslutning till Mariebergsskogen i större utsträckning både använde och utförde hälsofrämjande aktiviteter i området. I studien har det dock inte undersökts i vilken utsträckning brukaren av Mariebergsskogen använder andra gröna utomhusområden som, möjligtvis, är placerade närmare hemmet, vilket kan vara en av anledningarna till att svaren i intervjuerna skiljer sig åt. Dessutom finns det stora möjligheter att brukarna använder andra platser, till exempel inomhus, för att träna.

6.2 Brukares användande av Mariebergsskogen i förhållande till avstånd för brukare under 50 år

Av resultatet finns en tydlig skillnad mellan hur ofta Mariebergsskogen används och hur långt ifrån grönområdet som brukarna bor. För brukarna som är yngre än 50 år så visar resultatet på att de som bodde längre bort än 2 kilometer i större utsträckning besökte parken än de som bor i närmare anslutning till parken. Hur mycket längre bort än två kilometer brukarna bor framgår inte av resultatet eftersom det längsta avståndet från Mariebergsskogen som användes i intervjuerna var två kilometer. Vad som däremot framgår av resultatet var att inga av brukarna som intervjuades bodde närmare än 1000 meter vilket kan bero på flertalet olika anledningar. En av anledningarna kan bero på att forskaren av slump inte intervjuade de

brukare som bodde närmare än 1000 meter från området och som besökte området vid intervjutillfället men, det kan även bero på antalet besökare vid intervjutillfället som möjligtvis har påverkat resultatet av studien. Av resultatet framgår det att de flesta brukarna som har en ålder under 50 år bor mellan 1000 till 1500 meter från Mariebergsskogen, vilket av forskningen presenterad i den teoretiska bakgrunden (bland annat Paldanius, et al., 2019; Folkhälsomyndigheten, 2019) är ett avstånd som innebär en ökad mängd fysisk aktivitet och andra hälsofrämjande fördelar. Det framgick dock av resultatet att de flesta av dessa brukare inte var i området för att främja den fysiska hälsan utan i stället var målet i större utsträckning sociala anledningar.

Av resultatet framgår det att de flesta av brukarna som är under 50 år är i Mariebergsskogen av sociala anledningar. Av de 14 brukare som intervjuades med en ålder under 50 år svarade 9 av dessa att de är i området av sociala anledningar. Av dessa anledningar nämndes att låta barnen leka i lekplatsen, titta på djuren, vara i skogen eller besöka Naturum. Av dessa nämnde 4 att anledningen till att de just är i Mariebergsskogen är på grund av möjligheten att möta andra föräldrar och därmed ta vara på möjligheten till sociala kontakter både för barn och vuxna, samtidigt som barnen kunde leka utomhus. Att umgås med andra i liknande situationer som sig själv är viktigt av flera anledningar, bland annat att för att detta bidrar till en ökad känsla av trygghet och gemenskap vilket är mycket viktigt för den mentala hälsan (Folkhälsomyndigheten, u.å.). Bidragande till den mentala hälsan har stora effekter även på den mentala hälsan, så genom att umgås i gröna utomhusmiljöer bidrar ofta till bättre möjligheter för sociala kontakter, samtidigt som de människor som spenderar mer tid i gröna utomhusmiljöer i mindre utsträckning drabbas av kardiovaskulära sjukdomar (Kruize, et al., 2020; James, et al., 2015; Abraham, et al., 2010). Av de anledningarna är det viktigt att även i framtiden förenkla för föräldrar att besöka Mariebergsskogen eftersom dessa intervjuer har visat på att den främsta anledningen till att de besöker området är av sociala anledningar, vilket är viktigt för att fortsätta att främja folkhälsan i den här gruppen.

För de övriga fem brukare som besökte Mariebergsskogen av sociala anledningar nämnde dessa att anledningen till att de besökte Mariebergsskogen var för att det var en plats att umgås med vänner och bekanta undertiden som brukarna kunde promenera eller löpträna. I dessa fall handlade därmed besökandes val av plats främst på att platsen lokaliserings och att det fanns möjlighet för fysisk aktivitet och sociala möten samtidigt. Detta framgick dock bara hos kvinnor som var under 50 år. Som resultatet visar nämnde ingen av männen att de var intresserade av fysisk aktivitet och sociala möten samtidigt under ett och samma tillfälle, i stället var den gruppen mest intresserade av enbart fysisk aktivitet. Det finns dock ett undantag i resultaten från denna koppling och det är den man som uppgav att han främst är i Mariebergsskogen för fysisk aktivitet, men som gärna gör det med en vän. Det finns dock tydliga kopplingar till varför män i större utsträckning än kvinnor uppgav att deras mål med besöket är fysisk aktivitet och inte sociala möten. Män är nämligen enligt forskningen och statistiken mer benägna att ha en högre mängd fysisk aktivitet och väljer i lägre utsträckning än kvinnor att ha sociala möten i samband med sina fysiska aktiviteter (Edwards & Carson Sackett, 2016).

World Health Organization (u.å.) skriver i sin artikel att de främsta anledningarna till att kvinnor har en lägre grad av fysisk aktivitet än män är på grund av kostnaden för att delta i fysisk aktivitet kan vara för hög för kvinnor som ofta har en lägre lön än män. Kvinnor har generellt en högre utsträckning av hemarbete än män vilket kan påverka deras möjligheter att delta i fysiska aktiviteter, då tiden inte räcker till för den fysiska aktiviteten (World Health Organization, u.å.). För kvinnor är därmed möjligheten till en centrumnära stor grön utomhusmiljö med utomhusgym och löp- och promenadspår, som under vinterhalvåret delvis omvandlas till skidspår, viktiga för att ur ett folkhälsoperspektiv bidra till en jämlik folkhälsa över samtliga kön. I en studie av Ode Sang m. fl. (2016) så visades det att kvinnor värdesätter och har fler aktiviteter i grönområden än män. De såg också ett större estetiskt värde i grönområden och hade ett högre självrapporterat välbefinnande förknippat med grönområden i förhållande till männen (Ode Sang, et al., 2016). Kvinnor har till följd av detta större behov av sociala möten i samband med den fysiska aktiviteten eftersom detta inte enbart bidrar till sociala möten, en ökad fysisk aktivitet men även en ökad känsla av trygghet, något som kvinnliga brukare av offentliga miljöer premierar högt (The Lancet Public Health, Editorial, 2019). Utifrån den forskningen är resultatet i denna studie likt det resultat som framkommit i andra studier där hälsoperspektivet har undersökts. Det är därmed fortsatt viktigt att prioritera en öppen miljö där samtliga brukare kan använda miljön oavsett om det är för fysiska eller sociala möten, eller en kombination av de bägge.

För de fem brukare vars huvudanledning inte var att använda Mariebergsskogen av sociala anledningar svarade att de använder området för att ta längre promenader och motionera under helgen eller de dagar där tiden för detta finns. Intressant att notera är samtliga i denna grupp var män. Utifrån resultaten att utläsa går det att dra slutsatsen att dessa män är i området för hälsofrämjande anledningar oavsett vad detta innebär för den enskilda individen eller dagen. Det finns i valet av plats ingen social koppling i form av att det skall vara socialt att besöka i samklang med vänner eller familj, utan i denna grupp brukare är det viktigast att det finns gott om bra gång- och löpspår, och eftersom tidsaspekten nämndes av flera brukare i resultatet så bör det gå att analysera för att vikten av elljusspår och öppettider är viktigt så det finns möjlighet att utföra aktiviteterna tidigt på morgonen eller sent på kvällen. Inte heller i denna grupp av brukare under 50 år visade sig ålder vara av stor vikt, då de brukare som intervjuades vars svar var detta var jämnt fördelade över åldrarna. Detta kan kopplas till den tidigare litteraturen som visar på att de invånare som regelbundet besöker en grön utomhusmiljö, oberoende om det är en stor eller mindre, visar nivåer på en ökad fysisk aktivitet i jämförelse med de invånare som väljer att inte göra detta som en del i sin vardagliga rutin. Den tidigare forskningen visar även på att besök i gröna utomhusmiljöer, så som Mariebergsskogen, är viktigt för fler aspekter av hälsan än enbart den fysiska. Ökade besök genererar bland annat till lägre stressnivåer, minskad sannolikhet för kardiovaskulära sjukdomar samt fler sociala möten vilket är väldigt viktigt för den mentala hälsan (Abraham, A., et al., 2010; Jackson, S. et al., 2021; James, et al., 2015; Jansson et al., 2020). Utifrån resultatet av de strukturerade intervjuerna bland brukare under 50 år angavs det inte i svaren av männen som var i området av hälsofrämjande anledningar att de var intresserade av att besöka området av sociala anledningar, som att möta andra brukare under sin vistelse. Detta är intressant eftersom så många forskningsartiklar så tydligt nämner att de som regelbundet

besöker ett grönt utomhusområde i större utsträckning har fler sociala möten. Därmed är det intressant att begrunda i vilken utsträckning andra brukare i Mariebergsskogen spelar en roll för deras val av plats eller om de upplever att deras dag redan består av tillräckligt många sociala möten och anledningen till besöket kanske i huvudsak inte är av hälsofrämjande anledningar utan, av restaurativa anledningar med inslag av fysisk aktivitet.

6.3 Förvaltning, skötsel och planering av Mariebergsskogen för att möta brukarnas olika behov

Av resultatet kring förvaltningens syn på sambandet mellan folkhälsa och större gröna utomhusområden syns det tydligt att förvaltningen av Mariebergsskogen ser en tydlig koppling däremellan. Sambandet är något som förvaltningen använder sig av i diskussioner för att få möjligheterna att utveckla området. Området är förvaltad med ett tänk på hälsa och detta genomlyser hela intervjun där respondenten vid flertalet tillfällen nämner att just hälsa är något som de prioriterar högt och som genomsyrar hela förvaltningen och skötseln. Däremot finns det ingen uppdelning mellan fysisk och mental hälsa, då detta skulle kunna leda till missuppfattningar enligt respondenten. Som syns av resultatet så nämner respondenten att en uppdelning skulle kunna leda till att tillgänglighetsbegreppet i stället menas vilket då inte är syftet, även om tillgänglighet är något som prioriteras högt. I en litteraturstudie av Abraham, et al., 2010 så visade dem sig att uppdelningen av hälsobegreppet i relation till större gröna utomhusmiljöer gjordes i form av psykisk och fysisk hälsa där till exempel ökad fysisk aktivitet sågs som en del av den fysiska aktiviteten och stressreducering och ökad social interaktion sågs som tydliga tecken på en ökad psykisk hälsa. Det fanns därmed inga tecken på att en sammanslagning var av vikt, däremot kan en sammanslagning visa på ett helhetstänk som resulterar i en bättre helhet av förvaltningen.

Helhet inom hälsoperspektivet är något som återkommer av resultatet. Lugn är något som återkommer flera gånger i intervjun och framställs som något viktigt genom hela förvaltningen och skötseln för att möta brukarnas olika behov. Att skapa lugn framställs både inom parkmiljön och de mer naturliga delarna. Vad som är anledningen till detta framkom inte men en uppdelning mellan lugna miljöer fyllda av kulturella inslag och moderna miljöer fyllda av aktiviteter bidrar till en känsla av inkludering. Alla skall få plats, både sjukhusbesökare och badgäster, både marknadsbesökare och de som söker en plats för rekreation. Detta ger i resultatet en bild av tillgänglighet, att hälsa framställs som tillgänglighet. Detta är även en bild som är tydlig i flera forskningsartiklar som finns i det teoretiska ramverket. Både Huang et al., 2019 och Kruize et al., 2020 nämner att tillgänglighet både inom miljön i form av känsla (som kan byggas genom skötsel och planering) samt närheten till brukarna är viktiga aspekter av hur tillgänglighet kan bidra till en god folkhälsa. Ett konkret exempel på tillgänglighetsarbetet som förvaltningen av Mariebergsskogen arbetar med är att ha en god markbeläggning. Att ha en god markbeläggning när marken är känslig är viktigt för att besökarna skall ha möjligheten och viljan att besöka det större grönområdet under hela året. En markbeläggning som upplevs lerig eller dåligt underhållen, trots att det i

verkligheten enbart är en känslig mark som har sämre geologiska förutsättningar för slitage under den tidsperioden, kan det avskräcka brukare från att återkomma. Anledningen till detta är för att upplevelsen inte var positiv och därmed finns det tyvärr stora hinder för att sådana besökare avstår besök i framtiden (Kruize et al., 2020).

Av resultatet är det tydligt att det finns ett samband mellan folkhälsa och gröna utomhusmiljöer och detta arbetas med kontinuerligt i det dagliga arbetet. Dessutom planeras det för att i framtiden skapa en ökad hälsofrämjande åtgärd som skall öka tillgängligheten i området. För att förstå vilka åtgärder som skall prioriteras så används det enligt resultatet av olika kommunikationsvägar, både offentliga så som medborgarförslag och KBU, men även mindre offentliga så som via Facebook och muntligt med förvaltningen. Att låta brukarna vara med i förvaltningen bidrar till ett större engagemang och ökat användande av det större grönområdet. Detta gäller inte minst bland den äldre delen av befolkningen där sambandet mellan brukande och engagemang i förvaltningen är tätt förenat (Tuckett, et al., 2018).

Avslutningsvis av analysen är det möjligt att konstatera att Mariebergsskogens förvaltning i stora drag följer Parkorganiseringsmodellen för att skapa en hälsofrämjande miljö med god tillgänglighet, även om detta inte utmärkts offentligt på deras offentliga plattformar (se avsnitt 4).

7. Diskussion

I studiens avslutande kapitel presenteras och diskuteras resultaten och analyserna som studien genererat med i grund i det teoretiska ramverket som i detta kapitel kommer användas för att besvara studiens forskningsfrågor. Kapitlet och studien avslutas med en reflektion kring det kunskapsbidrag som studien har genererat i.

7.1 Finns det samband mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa från ett brukarperspektiv?

Som ett första steg i studien undersöktes det vilka samband det fanns mellan folkhälsa och besökande i stora gröna utomhusmiljöer från ett brukarperspektiv. Detta gjordes genom strukturerade intervjuer med 27 brukare som fick svara på frågor angående deras användande i Mariebergsskogen som var studiens fallstudieområde. I intervjuerna frågades det i vilken utsträckning de använde området och var syftet med användandet var. Av det resultatet kunde det utläsas att det fanns en tydlig skillnad mellan brukare över och under 50 år.

Den första forskningsfrågan som ställdes i studien behandlar därmed sambandet mellan folkhälsa och utomhusmiljöer. Denna fråga belyser undersökandet av vikten av användande av gröna utomhusmiljöer för att de skall verka hälsofrämjande och bidra till positiva effekter på folkhälsan. För att besvara denna fråga undersöktes forskningsfältet gällande detta samband både ur ett landskapsarkitektoniskt perspektiv och ur ett folkhälsoperspektiv för att utifrån ta reda på vilka aspekter gällande sambandet som är centrala vid en praktiskt tillämpning. Studien visar på att sambandet mellan folkhälsa och gröna utomhusmiljöer, i en kontext av att öka användandet av det givna rummet, behöver praktiskt tillämpas och vara en del av en större kontext för att appliceras. En applikation som skulle leda till ett större användande av brukare från större delar av närområdet (jfr Folkhälsomyndigheten 2019; Folkhälsomyndigheten, u.å.). Det tydliggörs i det teoretiska ramverket som har varit grunden för svaret på denna första forskningsfråga att användandet av större gröna utomhusmiljöer i stor del beror på avståndet mellan det gröna rummet, men även att det finns andra faktorer som påverkar huruvida större gröna utomhusmiljöer i eller nära anslutning till städer kan ses som en folkhälsoyttigt rum eller inte. Ett kortare avstånd till gröna utomhusmiljöer är en viktig faktor till att brukare skall använda rummet mer regelbundet, något som även min studie till viss del visade på. Detta stämde dock inte bland den yngre delen av brukarna som intervjuades för genomförandet av hur brukares användande av en större grön utomhusmiljö kan kopplas samman med folkhälsa. Av det resultatet framgick att de yngre brukare, de under 50 år, i större utsträckning besöker miljön om de bor längre bort än 2 kilometer. Hur mycket längre än 2 kilometer brukarna bor ifrån området framgår inte eftersom detta kan innebära en risk för förlorad anonymitet av de intervjuade. Av andra liknande forskningsstudier så som Hinckson, et al. (2017) framgår det att 2 kilometer ofta är en sorts buffertzona för vad som kan

klassificeras som närområde och inom vilket område de som bor inom området i större utsträckning besöker en hälsofrämjande grön utomhusmiljö. Detta verkar inte vara fallet i den här studien. Dock så är samtliga avstånd angivna av brukarna i intervjuerna godtyckliga tal som kan vara en felkälla till varför resultaten mellan denna studie och till exempel Hincksons studie är olika.

Det viktigaste i studien och studiens syfte är att undersöka sambandet mellan större utomhusmiljöer och folkhälsa. Detta är något som har en koppling till avståndet till gröna miljöer, men som trots det beror på antalet besök (James, et al., 2015). Mariebergsskogen har 500,000 besökare per år (Nyström, 2021) och av de brukare som intervjuades i samband med den här studien så framgår det att en stor andel av de intervjuade besökare området regelbundet. Många av de intervjuade besöker området flera gånger i veckan och enbart ett mycket liten del av de intervjuade besöker bara området enstaka gånger. Detta innebär att det bör vara möjligt att dra ett samband mellan folkhälsa och större gröna utomhusmiljöer. De samband som visades av resultatet tyder att avstånd har en vikt för antalet besök i området, men att även ålder är en viktig aspekt i sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusmiljöer. Ett annat samband som går att läsa av resultatet är att av de som bor närmare den stora gröna utomhusmiljön i större utsträckning är mer fysisk aktiva i området. Det sista sambandet som går att utläsa av resultatet är att det finns en tydlig skillnad mellan hur män och kvinnor använder miljön och hur detta kan komma att påverka den kvinnliga och manliga folkhälsan. Resultatet visar på att kvinnor i större utsträckning än män, oavsett ålder, besöker stora gröna utomhusmiljöer för rekreations anledningar. Sammanfattningsvis kan man utläsa att de samband som var funna under studien i stort är liknande med existerande litteratur. Eftersom det empiriska material som studien grundar sig i enbart är gjort på ett fallstudieområde med korta intervjuer har jämförelser med andra studier, som har använt sig av större empiriskt material och fått liknande resultat gjorts. Följande resultat är de samband som var funna under studien:

- De som besöker stora gröna utomhusmiljöer gör detta gärna ofta, vilket påverkar folkhälsan positivt (jfr Abraham et al., 2010)
- Avstånd är viktigt i hur ofta besök sker, vilket innebär att en centralt lokaliserad stor grön utomhusmiljö är viktigt för folkhälsan (jfr Paldanius, et al., 2019)
- Ålder påverkar hur och i vilken utsträckning en stor grön utomhusmiljö används vilket innebär att en sådan miljö bör vara anpassad för olika användningsområden (jfr Huang et al., 2019)
- Kvinnor och män använder inte stora gröna utomhusmiljöer på samma sätt vilket påverkar den kvinnliga och manliga folkhälsan (jfr van den Bosch & Ode Sang, 2017)

7.2 Finns det samband mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa från ett förvaltningsperspektiv?

Som ett andra steg i studien undersöktes sambandet mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa från ett förvaltningsperspektiv. Detta gjordes genom en semi-strukturerad intervju med en av de huvudansvariga för Mariebergsskogens förvaltning, som har parken i Mariebergsskogen som sitt ansvarsområde. Eftersom Mariebergsskogen var studiens fallstudieområde som utgår svaren på denna andra forskningsfråga utifrån det perspektiv som fallstudien ger. Den semi-strukturerade intervjun gjordes genom att respondenten fick svara på frågor angående på vilka samband som det finns mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa ur ett förvaltningsperspektiv. I intervjuerna frågades det om i vilken utsträckning som både hälsa och folkhälsa har ett samband med stora gröna utomhusmiljöer. Av det resultatet kunde det utläsas att det fanns ett tydligt samband mellan folkhälsa och stora gröna utomhusmiljöer ur ett förvaltningsperspektiv.

Den andra forskningsfrågan som ställdes i studien behandlar därmed sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusmiljöer. Denna fråga belyser vikten av hur förvaltningen av stora gröna utomhusmiljöer ser på sambandet kring folkhälsa, och därmed vilka skillnader det finns mellan brukarperspektivet och förvaltningsperspektivet. Denna fråga belyser vikten av gröna utomhusmiljöer ur ett förvaltningsperspektiv för att de skall verka hälsofrämjande och bidra till positiva effekter på folkhälsan. För att besvara denna fråga undersöktes forskningsfältet gällande detta samband både ur ett landskapsarkitektoniskt perspektiv och ur ett folkhälsoperspektiv för att utifrån ta reda på vilka aspekter gällande sambandet som är centrala vid en praktiskt tillämpning. Studien visar på att sambandet mellan folkhälsa och gröna utomhusmiljöer, i en kontext av att öka användandet av det givna rummet, behöver praktiskt tillämpas och vara en del av en större kontext för att appliceras.

Det tydliggörs i det teoretiska ramverket som har varit grunden för svarandet på denna andra forskningsfråga att användandet av större gröna utomhusmiljöer i stor del beror på avståndet mellan det gröna rummet, men även att det finns andra faktorer som påverkar huruvida större gröna utomhusmiljöer i eller nära anslutning till städer kan ses som en folkhälso nyttigt rum eller inte. Förvaltningen av stora gröna utomhusmiljöer är av stor vikt för både den kognitiva och den psykologiska utvecklingen då en god förvaltning där brukarna har möjlighet att delta i förvaltningen i större utsträckning bidrar till en förbättrad folkhälsa bland den givna gruppen. I en studie av Chapman et al. (2019) från Luleå där unga fick möjlighet att delta i förvaltningen, så som Mariebergsskogen arbetar med förvaltningen, i större utsträckning använde området än de som inte var involverade. Ett ökat användande ger även förbättrade möjligheter till en god folkhälsa. Av samma studie visade resultatet även på att en dålig förvaltning bidrog till att de hälsofrämjande aspekterna kraftigt försämrade.

Förvaltningen av ett stort grönt friluftsområde är något som innefattar många olika delar, inte enbart den fysiska förvaltningen, något som även resultatet från min studie till viss del visade på. Förvaltningen är även en del av en mål bildande verksamhet som gemensamt arbetar för

att uppfylla de mål som har ställts från de högre organen både inom den kommunala verksamheten men, även inom de mål och riktlinjer som högre instanser har ställt på den kommunala verksamhetens förvaltning av utomhusmiljöer. Ofta har förvaltningen som mål att främja en god folkhälsa genom sin förvaltning, men ett sådant mål kräver även ett stort engagemang från förvaltningen (Randrup & Persson, 2009), något som resultatet i den här studien visar på. Den respondent som intervjuades hade ansvar för både delar av den fysiska förvaltningen och den strategiska planeringen bakom. I resultatet visade det sig dock att Mariebergsskogen inte har någon utskrivet mål om att arbeta hälsofrämjande för att främja en god folkhälsa. Något som enligt artiklar använda i det teoretiska ramverket skulle kunna leda till att målet inte blir uppfyllt. Trots detta arbetar förvaltningen av Mariebergsskogen aktivt med att främja en god folkhälsa, bland annat genom att området är uppdelat i olika rum, så som skog, strandängar och även mindre rum inom parkområdet. Ett arbete som kräver ett stort engagemang från förvaltningen för att uppfylla en god kvalitet och bra möjligheter för att främja folkhälsan.

Det viktigaste i studiens syfte är att undersöka sambandet mellan stora gröna utomhusmiljöer och folkhälsa. Detta är något som har en koppling till förvaltningen och i den mån förvaltningen ser att ett samband finns. Av resultatet framgår det att det finns ett tydligt samband mellan folkhälsa och stora gröna utomhusmiljöer från förvaltningsperspektivet. Detta är något som inom förvaltningen av Mariebergsskogen diskuteras och arbetas med för att fortsätta utveckla området. Det är därmed möjligt att dra ett samband mellan folkhälsa och stora gröna utomhusmiljöer ur ett förvaltningsperspektiv.

7.3 Vilken betydelse spelar folkhälsa i utvecklingen och förvaltningen av stora gröna utomhusområden?

Som ett tredje och sista steg i studien undersöktes det vilken roll folkhälsa spelar i utvecklingen och förvaltningen av stora gröna utomhusmiljöer. Detta gjordes genom en semistrukturerad intervju med en av de ansvariga för förvaltningen av Mariebergsskogen som fick svara på frågor angående hur förvaltningen arbetar med begreppet folkhälsa och vilken roll folkhälsa spelar i utvecklingen och förvaltningen av stora gröna utomhusmiljöer. I intervjun frågades det vilken roll hälsa, och folkhälsa spelar i utvecklingen och förvaltningen och hur aktuellt detta är. Av resultatet kunde det tydligt utläsas att detta är en viktig fråga för förvaltningen, både i det dagliga arbetet men, även i utvecklingen och det arkitektoniska arbetet av platsen.

Den tredje och sista forskningsfrågan som ställdes i studien behandlar därmed vikten av folkhälsa i samtliga aspekter av stora gröna utomhusmiljöer. Vilken roll spelar folkhälsa? Är det en aspekt som följde med eller är det en faktiskt mål och syfte med utvecklingen och förvaltningen av platsen? För att besvara denna fråga undersöktes forskningsfältet gällande detta samband både ur ett landskapsarkitektoniskt perspektiv men, även ur ett förvaltningsperspektiv. Anledningen till att frågan undersöktes ur olika perspektiv var för att

förstå de olika aspekterna av hur en målbild kan användas för att förbättra rummets syfte och därmed bidra med fler positiva aspekter för brukarna. I den här studien, och den här forskningsfrågan, var därmed målet med det teoretiska ramverket att förstå hur olika beslut inom förvaltningen som kom fram i resultatet kunde påverka upplevelsen för brukaren av det offentliga rummet.

Resultatet från studien visade på att folkhälsa har en självklar roll inom planeringen och förvaltningen av Mariebergsskogen. Både folkhälsa och hälsa är något som är viktigt för förvaltningen enligt resultatet, eftersom detta är ett viktigt argument mellan förvaltningsavdelningen av Mariebergsskogen och de andra bestämmande organen, så som kommunen. Folkhälsa är därmed också en självklar del av planeringen av den nya utvecklingen av området så i skrivandes stund är i planeringen, och som förhoppningsvis kan påbörjas under 2022 enligt respondenten. Dock visar resultatet på att det inte finns några mål inom förvaltningen där hälsa eller folkhälsa är tydligt beskriva, något som kan innebära en problematik för den nya planeringen. Det tydliggörs i det teoretiska ramverket som har varit grunden för svaret på denna tredje forskningsfråga att förvaltningen av stora gröna utomhusmiljöer i stor del beror på hur kommunen väljer att arbeta (Buijs, et al., 2016). Idag sker utvecklingen av områden främst genom en ökad medborgardeltaktighet och mer demokratiska beslutsprocesser vilket idag anses vara ett mer effektivt och legitimt sätt att få med sig brukarna på. Detta är en metod som ger större möjligheter att leda till en bättre folkhälsa eftersom förvaltningsavdelningarna av miljöerna därmed förstår bättre hur brukarna använder området (UNICEF, 1989). Detta är något som Mariebergsskogen använder sig av genom att involvera brukarna i de olika processerna, både med konventionella och okonventionella metoder. Hur brukarna involveras i utvecklingen av de stora gröna utomhusmiljöerna beror på de kommunala organisationerna där det är kommunen som beslutar hur brukarna skall involveras och i vilken utsträckning (Jansson & Lerstorp, 2020). Av resultatet är det därmed möjligt att dra slutsatsen att folkhälsa är något som prioriteras högt av förvaltningen, både i förvaltningen och inom planeringen.

7.4 Studiens kunskapsbidrag till forskningsfältet

Studiens syfte har varit att undersöka sambandet mellan stora utomhusmiljöer i stadsnära belägenhet och folkhälsa. I vilken utsträckning kan en stor utomhusmiljö användas ur ett hälsofrämjande perspektiv och hur viktiga är de för att behålla en god folkhälsa bland invånarna i staden? Det är det som i den här studien har besvarats med hjälp av en fallstudie över Mariebergsskogen i Karlstad. Av svaren på forskningsfrågorna som utgångspunkt är det möjligt att dra slutsatsen att studiens kunskapsbidrag till forskningsfältet är att stora gröna utomhusmiljöer bidrar till en ökad folkhälsa i de fall förvaltningen är uppbyggd för att bidra till en förhöjd kvalitet på folkhälsan bland invånarna i kommunen. Ett annat bidrag till forskningsfältet är att det finns flera olika aspekter av folkhälsa, inte bara mentala och fysiska, men att även folkhälsa beror på aspekter så som kön och ålder. Av resultatet och analysen är det även möjligt att dra slutsatsen att avstånd, trots att det anses viktigt av tidigare forskning i

det teoretiska ramverket, inte möjligtvis är den viktigaste aspekten inom gröna utomhusmiljöer. Avstånd verkar av resultaten vara viktigare i vissa åldersgrupper än andra, och i stället verkar andra aspekter som sociala och landskapsarkitektoniska aspekter vara av större vikt än avstånd.

8. Källförteckning

- Abraham, A., Sommerhalder, K. & Abel, T., 2010. Landscape and well-being: a scoping study on the health-promoting impact of outdoor environments. *International Journal of Public Health*, 55(1), pp. 59-69.
- Arts, B. & Vissern-Hamakers, I., 2012. Forest governance: A state of the art review. i: B. Arts, S. van Bommel, M. Ros-Tonen & G. Verschoor, red. *Forest-people interfaces*. Wageningen: Wageningen Academic Publishers, pp. 241-257.
- Bennett, A., 2001. Case Study: Methods and Analysis. i: J. Wright, red. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. Amsterdam: Elsevier, pp. 1513-1519.
- Brizio, A., Gabbatore, I., Tirassa, M. & Bosco, F. M., 2015. No more a child, not yet an adult: studying social cognition in adolescence. *frontiers in Psychology: Cognitive Science*, 6(1011).
- Bryman, A., 2011. *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2:a red. Malmö: Liber.
- Buijs, A. E. o.a., 2016. Active citizenship for urban green infrastructure: Fostering the diversity and dynamics of citizen contributions through mosaic governance. *Current Opinion in Environmental Sustainability*, 22(1), pp. 1-6.
- Cele, S. & Van Der Burgt, D., 2015. Participation, consultation, confusion: Professionals' understanding of children's participation in physical planning. *Children's Geographies*, 13(1), pp. 14-29.
- Chapman, D., Nilsson, K. L., Rizzo, A. & Larsson, A., 2019. Winter City Urbanism: Enabling All Year Connectivity for Soft Mobility. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(1820), pp. 130-141.
- Danielsson, O., 2008. Få upp pulsen på 30 min. *Medicinsk Vetenskap*.
- Dempsey, N. & Burton, M., 2011. Defining place-keeping: The long-term management of public spaces. *Urban Forestry & Urban Greening- Urban for Urban Green*, 11(1).
- Dempsey, N. & Smith, H., 2014. Understanding place-keeping of open space. i: N. Dempsey, H. Smith & M. Burton, red. *Place-Keeping: Open Space Management in Practice*. London: Taylor & Francis, pp. 13-29.

- Denscombe, M., 2009. *Forskningshandboken: för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. 2:a red. Lund: Studentlitteratur.
- Edwards, E. S. & Carson Sackett, S., 2016. Psychosocial Variables Related to Why Women are Less Active than Men and Related Health Implications. *Clinical Medicine Insights: Women's Health*, 9(1), pp. 47-56.
- Folkhälsomyndigheten, 2019. *Hälsoeffekter av buller och höga ljudnivåer*, Solna: Folkhälsomyndigheten- Art. nr. 18070-1.
- Folkhälsomyndigheten, u.å.. *Fokus psykisk hälsa: Umgås med människor som får dig att må bättre*. [Online]
Tillgänglig på: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/fokus-psykisk-halsa/tips-for-att-ma-bättre/umgas-med-manniskor-som-ger-dig-energi-och-som-far-dig-att-ma-bra/>
[Använd 6 November 2021].
- Frejs, A. & Thornberg, R., 2015. *Handbok i kvalitativ analys*. 2:a red. Stockholm: Liber.
- Försvarsdepartementet, 2007. *Ersättningsystem i samverkan: Hantering av kommunernas kostnader i samband med naturkatastrofer, m.m.*, Stockholm: Regeringskansliet.
- Gencer, E. A., 2013. Chapter 2: Natural Disasters, Urban Vulnerability, and Risk Management: A Theoretical Overview. i: E. A. Gencer, red. *The Interplay between Urban Development, Vulnerability, and Risk Management: A Case Study of the Istanbul Metropolitan Area*. Berlin: Springer, pp. 7-43.
- Hedin, A., 1996. *En liten lathund om kvalitativ metod med tonvikt på intervju*, Uppsala: Uppsala Universitet.
- Hedman, S. & Pettersson, H., 2021. *Barn och ungas rätt till stadsrummet: En studie om barnkonventionens praktiska tillämpning*, Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet.
- Henkey, T., 2018. *Urban Emergency Management*. 1:a red. Butterworth: Butterworth and Heinemann.
- Herrera, S., Cruz, C., Ramírez, Y. & Cisternas, L., 2016. Conceptual process design for Boric Acid: A case study for engineering education. *Computer Aided Chemical Engineering*, Volym 38, pp. 1437-1442.
- Hinckson, E. o.a., 2017. Associations of the perceived and objective neighborhood environment with physical activity and sedentary time in New Zealand adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), pp. 1-15.

- Hino, K., Taniguchi, A., Hanazato, M. & Takagi, D., 2019. Modal Shift from Cars and Promotion of Walking by Providing Pedometers in Yokohama City, Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2144), pp. 192-205.
- Huang, B. o.a., 2019. Residential exposure to natural outdoor environments and general health among older adults in Shanghai, China. *International Journal for Equity in Health*, 18(1), pp. 1-11.
- Jackson, S. B. o.a., 2021. Outdoor Activity Participation Improves Adolescents' Mental Health and Well-Being during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2506), p. 2506.
- James, P., Banay, R. F., Hart, J. E. & Laden, F., 2015. A Review of the Health Benefits of Greenness. *Curr Epidemiol Rep*, Volym 2, pp. 131-142.
- James, P., Banay, R. F., Hart, J. H. & Laden, F., 2015. A Review of the Health Benefits of Greenness. *Environmental Epidemiology: Current Epidemiology Reports*, 2(1), pp. 131-142.
- Jansson, M. & Lerstorp, I., 2020. Children's perspectives on green space management in Sweden and Denmark. i: M. Khan, S. Bell & J. Wood, red. *Place, Pedagogy and Play: Participation, Design and Research with Children*. Alnarp: SLU, pp. 194-208.
- Jansson, M. & Lindgren, T., 2012. A review of the concept 'management' in relation to urban landscapes and green spaces: Toward a holistic understanding. *Urban forestry & urban greening*, 11(2), pp. 139-145.
- Karlstads Kommun, 2016a. *Naturvårds- och friluftspan för Karlstads kommun- Del 2 Nulägesbeskrivning och analys*, Karlstad: Karlstads Kommun.
- Karlstads kommun, 2016b. *Naturvårds- och friluftspan för Karlstads kommun- Del 1 Handlingsplan*, Karlstad: Karlstads kommun.
- Karlstads Kommun, 2020. *Om Karlstad*. [Online]
Tillgänglig på: <https://karlstad.se/Kommun-och-politik/Kommunfakta/>
[Använd 9 September 2021].
- Karlstads kommun, u.å.. *Mariebergsskogen- Karlstads stadspark*. [Online]
Tillgänglig på: <https://karlstad.se/Uppleva-och-gora/Parker-och-lek/parker-och-gronomraden/mariebergsskogen/>
[Använd 9 September 2021].
- Kjellstrom, T. o.a., 2007. Urban Environmental Health Hazards and Health Equity. *Journal of Urban Health*, 84(1), pp. 86-97.

Koohsari, M. J., Nakaya, T. & Oka, K., 2018. Activity-Friendly Built Environments in a Super-Aged Society, Japan: Current Challenges and toward a Research Agenda. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(2054), pp. 1-9.

Kruize, H. o.a., 2020. Exploring mechanisms underlying the relationship between the natural outdoor environment and health and well-being: Results from the PHENOTYPE project. *Environment International*, 134(105173).

Lantmäteriet, 2021. *GSD-Översiktskartan*. Gävle: Lantmäteriet.

Mariebergsskogen, u.å.. *Organisation*. [Online]
Tillgänglig på: <https://www.mariebergsskogen.se/mariebergsskogen-ab/organisation/>
[Använd 5 Oktober 2021].

McLeod, S., 2014. *The interview research method*. [Online]
Tillgänglig på: <https://www.simplypsychology.org/interviews.html#structured>
[Använd 5 Oktober 2021].

Naturvårdsverket, 2021. *Vägledning: Kommunal friluftslivsplanering*. [Online]
Tillgänglig på: <https://www.naturvardsverket.se/vagledning-och-stod/friluftsliv/kommunal-friluftslivsplanering/>
[Använd 24 September 2021].

Ode Sang, Å., Knez, I., Gunnarsson, B. & Hedblom, M., 2016. The effects of naturalness, gender, and age on how urban green space is perceived and used. *Urban Forestry & Urban Greening*, 18(8), pp. 268-276.

oTranscribe, u.å.. *oTranscribe*. [Online]
Tillgänglig på: <https://otranscribe.com/>
[Använd 4 November 2021].

Paldanius, A. o.a., 2019. *Grönska i relation till hälsa: En översikt samt studie i Göteborg, med inriktning på grönskans effekter på hälsotillstånd och bullerstörning*, Göteborg: Västra Götalandsregionens Miljömedicinska Centrum, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

Patel, R. & Davidson, B., 2011. *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. 1:a red. Lund: Studentlitteratur.

Randrup, T. & Persson, B., 2009. Public green spaces in the Nordic countries: Development of new strategic management regime. *Urban Forestry & Urban Greening*, 8(1), pp. 31-40.

Rigolon, A. & Nemeth, J., 2019. Green gentrification or 'just green enough'; Do park location, size and function affect whether a place gentrifies or not?. *Urban Studies*, 57(2), pp. 402-420.

SFS 1998:808. *Miljöbalken*. Stockholm: Miljödepartementet.

SFS 1974:152. *Kungörelse om beslutad ny regeringsform*. Stockholm: Justitiedepartementet.

Shah, F. & Ranghieri, F., 2012. *A Workbook on Planning for Urban Resilience in the Face of Disasters*. 1:a red. Washington DC: International Bank for Reconstruction and Development.

Statistiska centralbyrån, 2020a. *Folkmängd, topp 50*. [Online]
Tillgänglig på: <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/befolkning/befolkningens-sammansattning/befolkningsstatistik/pong/tabell-och-diagram/topplistor-kommuner/folkmangd-topp-50/>
[Använd 1 November 2021].

Statistiska centralbyrån, 2020b. *Folkmängden den 1 november efter region, kön och år*. [Online]
Tillgänglig på:
http://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/sv/ssd/START_BE_BE0101_BE0101A/FolkmangdNov/table/tableViewLayout1/#
[Använd 3 Oktober 2021].

Stigsdotter, U. K. o.a., 2010. Health promoting outdoor environments- Associations between green space, and health, health-related quality of life and stress based on a Danish national representative survey. *Scandinavian Journal of Public Health*, Volym 38, pp. 411-417.

Svensson, P., Berglund, B. & Paulin, D., 2015. *Kvalitativ och kvantitativ undersökningsmetodik*, Göteborg: Chalmers Tekniska Universitet.

Sveriges lantbruksuniversitet, 2021. *Epsilons arkiv för studentarbeten*. [Online]
Tillgänglig på:
https://stud.epsilon.slu.se/cgi/search/archive/advanced?screen=Search&dataset=archive&documents_merge=ALL&documents=&title_merge=ALL&title=V%C3%A4rmland&creators_name_merge=ALL&creators_name=&abstract_merge=ALL&abstract=&date=&series_merge=ALL&series=&key
[Använd 3 Oktober 2021].

The Lancet Public Health, Editorial, 2019. Time to tackle the physical activity gender gap. *The Lancet Public Health*, 4(8), p. 360.

Tuckett, A. G. o.a., 2018. Older Adults Using Our Voice Citizen Science to Create Change in Their Neighborhood Environment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(2685), pp. 24-40.

UNICEF, 1989. *Barnkonventionen: FN:s konvention om barnets rättigheter*, Stockholm: UNICEF.

van den Bosch, M. & Ode Sang, Å., 2017. Urban natural environments as nature-based solutions for improved public health- A systematic review of reviews. *Environmental Research*, 158(10), pp. 373-384.

Westberg Ekerljung, F., 2021. *Stadsparken som gemensamt rum: Så kan Örebro stadspark möta behov och önskemål från fler*, Uppsala: Institutionen för stad och land, Sveriges Lantbruksuniversitet.

World Health Organization, u.å.. *Physical Activity and Women*. [Online]
Tillgänglig på: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_women/en/
[Använd 8 November 2021].

Yin, R. K., 2014. *Case Study Research Design and Methods*. 5:e red. London: SAGE.

Bilagor

Bilaga 1-Intervjuguide till strukturerade intervjuer med informanterna

Datum: _____

Börja varje intervju med en kort beskrivning av mig och min studie samt i vilket syfte den skall användas. Var tydlig med att ingen personlig information kommer publiceras, utöver kön och ålder. All data kommer kvantifieras och visas i tabeller och diagram där varje individs svar blir anonymt.

Varje svar antecknas kvantitativt, där ett streck dras för varje kategori som informanten tillhör. Detta gäller dock inte sista frågan där informanten själv får beskriva.

Hur gammal är du?

Räkna upp de 2–3 första svarsalternativen

18–30: _____

30–40: _____

40–50: _____

50–60: _____

60–70: _____

70-: _____

Vilket kön identifierar du dig som?

Man: _____

Kvinna: _____

Jag identifierar mig inte som någotdera: _____

Ungefär hur långt ifrån Mariebergsskogen bor du?

Räkna upp svarsalternativen

0–500 m: _____

500–1000 m: _____

1000–1500 m: _____

1500–2000 m: _____

Över 2000 m: _____

Hur ofta besöker du någon del av Mariebergsskogen?

Flera gånger i veckan: _____

1 gång i veckan: _____

Färre än en gång i veckan: _____

En gång i månaden: _____

Färre än en gång i månaden: _____

Enstaka gånger per år: _____

Första gången/turist: _____

Och så sista frågan, varför besöker du Mariebergsskogen?

(Hälsofrämjande anledningar, Rekreativ anledningar, Besöka museet/cafét, På genomgång, Plocka svamp/bär, Besöka lekplatsen, Naturupplevelser, Njuta av en vacker miljö, Övrigt)

Bilaga 2- Informationsguide till semi-strukturerade intervjuer med respondenter

Datum: _____

Intervjuguide för samtliga respondenter. Ordningen samt formuleringen av frågorna har varit olika beroende på hur intervjun har framflutit. Även följdfrågor har varierat på samma grunder.

Bakgrund

- Presentation av mig
- Redogörelse för studiens syfte och vad studien fokuserar på
- Vara tydlig med intervjuens syfte och upplägg samt vad informationen sedan skall användas till, publicering och frivillighet
- Klargöra för inspelandet och transkriberingen av intervjun

Respondenten

- Be respondenten att ge en presentation av sig själv (yrkesroll, arbetsuppgifter, antal år personen har arbetat med Mariebergsskogen)
- Vilka projekt med koppling till Mariebergsskogen arbetar du med?

Folkhälsa och förvaltning

- Upplever du att folkhälsa, eller hälsa överhuvudtaget, är något som beaktas i kommunens planering och förvaltning kring Mariebergsskogen?
 - Om ja: I vilken utsträckning och på vilket sätt?
 - Om nej: Varför tror du inte det?
- Hur ser du på sambandet mellan hälsa och grönområden i din yrkesroll?
- Hur bekant är du med hur sambanden mellan hälsa och grönområden samspelar?
 - Om ja: I vilka sammanhang då? Hur tillämpar du sambanden i din yrkesroll? Är det främst fysisk hälsa eller även mental hälsa?
 - Om nej: Varför tror du att du inte är bekant med sambandet?
- Brukar brukarna involveras i förvaltningsprocessen för att förbättra området och främja en mer hälsofrämjande miljö?
 - Om ja: I vilka sammanhang? Hur ofta? Hur involveras dem? Involveras det ett jämt spann med brukare från de olika åldersgrupperna?
 - Om nej: Varför då?
- Vilka åtgärder i förvaltningen av Mariebergsskogen har vidtagit för att främja en bättre folkhälsa?

Utmaningar och möjligheter kring hälsofrämjande åtgärder

- Brukar ni undersöka i vilken omfattning olika åtgärder kan leda till en bättre folkhälsa för de brukarna av Mariebergsskogen?
 - Om ja: Hur ofta då? Vad brukar detta leda till?
 - Om nej: Varför inte då?
- Vilka utmaningar har ni stött på när ni utvecklat för bättre hälsa?

- Vilka planer för Mariebergsskogen finns det framöver för att bidra till en bättre hälsa för Karlstadsborna?

Avslutning

- Tacka för att personen ville delta och fråga om det finns något intresse för att läsa igenom resultatet efter sammanställningen

Bilaga 3-Inbjudan via epost för respondenterna

Rubrik: Inbjudan att delta i en studie om sambandet mellan folkhälsa och större grönområden

Hej,

Mitt namn är Frida Thuresson och jag är landskapsarkitektstudent vid Sveriges lantbruksuniversitet (SLU). Under hösten gör jag mitt examensarbete inom landskapsarkitektur, där jag har valt att studera sambandet mellan folkhälsa och stora grönområden. För detta har jag valt Mariebergsskogen som fallstudieområde. Syftet med studien är att analysera sambanden mellan stora gröna utomhusområden och folkhälsa samt belysa brukare och förvaltningens perspektiv på stora gröna utomhusområden och folkhälsa. Som en del av mitt arbete vill jag därmed lyfta fram vilka utmaningar och framgångar som påträffas vid en hälsofrämjande planering och förvaltning.

Med bakgrund i mitt syfte söker jag nu 2–3 personer ur er parkförvaltning som arbetar eller nyligen har arbetat med Mariebergsskogen för enskilda intervjuer. Intervjuerna genomförs på distans eller på ert kontor och varar i ungefär 40–60 minuter. Fokus på intervjuerna kommer att vara erfarenheter av förvaltningen av Mariebergsskogen och arbetet kring förvaltning utifrån ett hälsoperspektiv.

Har ni frågor angående studien eller vill delta i studien är ni varmt välkomna att kontakta mig eller min handledare.

Med vänliga hälsningar

Frida Thuresson

Kontaktinformation:

Frida Thuresson

Epost: fatn0002@stud.slu.se

Telefon: 076-9365657

Handledare:

Åsa Sang

Professor på Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

E-post: asa.sang@slu.se

Telefon: +464041542

Bilaga 4-Intervjubladd till respondenterna

Hej,

Stort tack för att du vill delta i min studie!

Mitt namn är Frida Thuresson och jag är landskapsarkitektstudent vid Sveriges lantbruksuniversitet (SLU). Under hösten gör jag mitt examensarbete inom landskapsarkitektur, där jag har valt att studera sambandet mellan folkhälsa och stora grönområden. För detta har jag valt Mariebergsskogen som fallstudieområde. Syftet med studien är att analysera sambanden mellan stora gröna utomhusområden och folkhälsa samt belysa brukare och förvaltningens olika perspektiv på stora gröna utomhusområden och folkhälsa.

Det är helt frivilligt att delta i studien och du har rätt att när som helst under intervjun välja att helt avsluta intervjun och ditt deltagande i studien eller att avstå från att svara på frågor. Intervjuerna beräknas ta mellan 30–60 minuter och vi kommer överens om en tidpunkt samt en plattform som passar dig. Upplägget på intervjun finns bifogat i informationsbladet härunder. Om du medger kommer intervjun att spelas in och därefter användas som ett hjälpmedel vid analysen. Det inspelade materialet är konfidentiellt och endast jag och min handledare kommer ha tillgång till inspelningarna. Då namnet på både kommun och enheten där du arbetar kommer att vara med i uppsatsen kan inte en anonymitet säkerställas. Du kan dock välja mellan att medverka i studien med namn eller utan namn.

Intervjuerna kommer att vara till grund för analysen av arbetet samt vara en del av resultatet i examensarbetet. Examensarbetet kommer att presenteras både muntligt och skriftligt under våren 2022 samt publiceras i sin helhet på SLU:s öppna arkiv Epsilon (stud.epsilon.slu.se). Om intresse finns kan resultatet av din intervju läsas efter den är sammanställd.

Har ni frågor angående studien eller er medverkan i studien är ni varmt välkomna att kontakta mig eller min handledare.

Med vänliga hälsningar

Frida Thuresson

Kontaktinformation:

Frida Thuresson

Epost: fatn0002@stud.slu.se

Telefon: 076-936565

Handledare:

Åsa Sang

Professor på Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

E-post: asa.sang@slu.se

Telefon: +4640415428

Informationsblad inför intervju med respondenter

Intervju- Sambandet mellan folkhälsa och stora gröna utomhusområden

<p>Upplägg:</p> <p>Presentation och beskrivning av syftet med studien</p> <p>Information om deltagande, frivillighet och inspelning</p> <p>Medgivande</p> <p>Intervju börjar- Frågor och ibland följdfrågor</p> <p>Intervjun avslutas</p>	<p>Tidsåtgång: 30–60 minuter</p> <p>Semistrukturerad intervju</p>
<p>Temat:</p> <p>Beskrivning av din yrkesroll, erfarenhet av Mariebergsskogen samt kunskap och intresse av folkhälsa och förvaltning.</p> <p>Om sambandet mellan besökare i Mariebergsskogen och förvaltningen</p> <p>Vilka åtgärder i Mariebergsskogen som har gjorts för att främja en god hälsa hos besökarna</p> <p>Utmaningar och möjligheter i förvaltningen av Mariebergsskogen</p>	

Bilaga 5-Karta över Mariebergsskogens placering i förhållande till Karlstads stadskärna

Karta skapad över Mariebergsskogen i förhållande till Karlstads stadskärna i ArcGIS Pro med material från *Geodata Extraction Tool*. Datakällan till kartmaterialet är från GSD-översiktskartan och kommer från Lantmäteriet (Lantmäteriet, 2021).

