

Greenfluencer 2022

Daan Bleichrodt won begin dit jaar de titel Greenfluencer 2022 als initiatiefnemer van *tiny forests* in Nederland. Want: 'Iedereen heeft recht op natuur dichtbij', aldus Bleichrodt. Naast eeuwige roem win je als Greenfluencer ook het gasthoofdredacteurschap. In deze editie vind je daarom artikelen op initiatief van Bleichrodt. Zoals het interview met wetenschapsjournalist Mark Mieras, over de vraag welke gezondheidsvoordelen groen wetenschappelijk gezien écht heeft. Of het artikel over de manier waarop de coalitie Werklandschappen van de Toekomst gas wil geven met vergroening, of het verhaal over het Limburgse Heerlen, dat alle scholen een *tiny forest* schenkt.



BE SOCIAL
Scan, lees & deel!



De natuurlijke habi-stad

Vissen gedijen goed in het water en leeuwen voelen zich thuis op de savanne. Maar wat is eigenlijk de natuurlijke habitat van *homo sapiens*? Driekwart van alle Nederlanders woont in een stedelijke omgeving. Maar is die stad, met al zijn gebouwen, wegen, parkeerplaatsen en stoplichten een plek waar we op ons gemak zijn?

Auteur: Daan Bleichrodt

Volgens landschapsontwerpers voelen mensen zich op hun best als ze vanaf een bosrand uitkijken op een uitgestrekte vlakte. Zo zien ze gevaar op tijd aankomen en kunnen ze zich verstoppen in het bos als dat nodig is. De bosrand biedt ook een rijkdom aan eetbare zaden, vruchten, knollen en dieren. Water in de buurt maakt ons geluk compleet. Op deze plaatsen kun je ook zomaar een leuke soortgenoot tegen het lijf lopen om je mee voor te planten – iets wat mensen graag en veel doen, getuige onze acht miljard soortgenoten.

Hoewel mensen wereldwijd nog altijd massaal naar de stad trekken, is dat een plaats die allermint lijkt op zo'n open bosrand. De afwezigheid van die natuurlijke leefomgeving trekt een wissel op onze fysieke en mentale gezondheid. Mensen die in de stad wonen, hebben niet alleen een verhoogde kans op een angststoornis, een depressie of schizofrenie, maar ook op obesitas, hart- en vaatziekten, diabetes type II en astma.

Mede door de klimaatverandering gaan steden ook nog eens gebukt onder hittestress, wateroverlast en luchtverontreiniging. Ik las laatst een artikel over Chamila, een jong meisje uit IJmuiden. Tijdens warme zomer-

dagen is het bij hen thuis altijd tussen de 30 en 35 graden en moeten ze hun woning ontvluchten.

Eén volwassen boom voor het huis van Chamila zou al een groot verschil maken. Onder die boom is het op warme dagen al acht graden koeler. Ook kunnen kinderen die vanuit hun woning uitkijken op een boom negatieve levensgebeurtenissen – zoals het verlies van een huisdier – beter verwerken dan leeftijdsgenootjes zonder boom. In een stad die voor 30 procent beschermt wordt door boomkronen, overlijden minder mensen door hittestress. En mensen die binnen 300 meter van een park wonen, hebben minder last van overgewicht en worden ouder.

Stel je eens voor dat we de buurt van Chamila voor 30 procent bedekken met lommerrijke bomen en bossen, die om de 300 meter worden afgewisseld door parken met open vlaktes en natuurlijke zwembijvers. Op die manier toveren we de stad om in de natuurlijke habitat van de mens. Dat is niet alleen goed voor ons, maar ook voor alle planten- en diersoorten met wie we deze planeet delen. In zo'n buurt voelen we ons al gauw weer als een vis in het water, of als die leeuw op de savanne.