

De voordelen van

gemeenschapstuinen



In dit document worden de uiteenlopende voordelen van gemeenschapstuinen op een heldere en overzichtelijke manier gepresenteerd.

1. Gemeentelijke kosten
2. 'Parken op zakformaat'
3. Lichaamsbeweging
4. Verbeterde diëten
5. Voedselproductie
6. Het stedelijke ecosysteem
7. Jeugdeducatie
8. Culturele kansen
9. De therapeutische werking van tuinen
10. Criminaliteitspreventie

Dit document is gebaseerd op het Engelse document: The Multiple Benefits of Community Gardening. www.communitygarden.org/docs/learn/articles/multiple_benefits.pdf

1 Gemeentelijke kosten

Gemeenschapstuinen zijn economisch voordelig voor lokale overheden:

- Het ontwikkelen en onderhouden van gemeenschapstuinen is goedkoper dan parken, dit komt omdat gemeenschapstuinen door de gemeenschap worden onderhouden waardoor de gemeente kan besparen op arbeidskosten voor het groenonderhoud.
- Gemeenschapstuinen stimuleren het lokaal composteren van gft-afval wat vervolgens weer gebruikt wordt in de tuinen. Dit scheelt ruimte op de stortplaats, wat de gemeente en de belastingbetaler weer geld scheelt.
- Gemeenschapstuinen bieden ruimte aan mensen om zich terug te trekken van het lawaai en de drukte van de stedelijke omgeving. Ook trekken ze mensen aan (inclusief de 'creatieve klasse' van de nieuwe economie en kleine bedrijven).
- Het is aangetoond dat gemeenschapstuinen een waardestijging van huizen in de directe omgeving tot gevolg kunnen hebben doordat mensen graag in de buurt van gemeenschapstuinen wonen.

2 'Parken op zakformaat'

- Gemeenschapstuinen voegen schoonheid toe aan de gemeenschap en verhogen het bewustzijn van mensen en hun waardering voor levende dingen.

- De belangrijkste componenten voor een fijne leefomgeving zijn veilige straten en toegang tot groene en open plekken. Aldus bleek uit een peiling van de Regional Plan Association onder burgers. In een ander onderzoek gaven eigenaars van kleine bedrijven aan dat de belangrijkste criteria bij het zoeken naar een nieuwe bedrijfslocatie recreatie, parken en open ruimte zijn.
- Stedelijk groen is echter vaak ongelijk verdeeld en de toegang ertoe is erg beperkt bij buurten met een laag inkomen, bevolkt door minderheden (inclusief recente immigranten).

3 Lichaamsbeweging

Tuinen kunnen ruimte bieden aan recreatie en lichaamsbeweging. Volgens de American Journal of Preventive Medicine zorgde de 'creatie van of verbeterde toegang tot plekken voor lichamelijke activiteit gecombineerd met informatieverstrekking' voor een 48,4% toename in de frequentie van lichamelijke activiteit bovenop een 5,1% gemiddelde toename in aërobische capaciteit, verminderd lichaamsvet, gewichtsverlies, verbeterde flexibiliteit, en een toename in de ervaren energie.

4 Verbeterde diëten

- Onderzoeken (zoals bijvoorbeeld door Lacky and Associates) laten zien dat gemeenschapstuintiers en hun kinderen gezonder eten en meer voedingsstoffen binnen krijgen dan niet-tuinierende families.
- Het eten van lokaal geproduceerd voedsel vermindert het aantal astmagevallen, omdat kinderen hanteerbare hoeveelheden van lokale pollen binnenkrijgen, waardoor ze immuniteit opbouwen.
- Het verhogen van de consumptie van vers lokaal voedsel is een van de beste manieren om loodvergiftiging bij kinderen aan te pakken, evenals blootstelling aan kunstmest en pesticiden.

5 Voedselproductie

- Gemeenschapstuinen bieden toegang tot traditionele producten en voedingsstofrijk eten dat anders onbereikbaar zou blijven voor families en personen met een laag inkomen.

- Gemeenschapstuinen bieden families en personen zonder eigen land de mogelijkheid om hun eigen voedsel te produceren. Vaak profiteren tuiniers van de ervaring van ouderen om een aanzienlijke hoeveelheid voedsel voor het huishouden te produceren.
- Stadslandbouw is 3–5 keer zo productief per hectare als traditionele grootschalige landbouw.
- Lokale landbouw bespaart grondstoffen door de grondstofketen te verkorten, waardoor er minder gebruik gemaakt wordt van transport en verpakkingen en dus minder brandstof. In 1999 verbouwden vijftien New Yorkse tuinen, verzameld onder de vlag van het City Farms Program van de organisatie Just Food, tegen de 5.000 kilo aan verse groente en fruit. Bijna 50% werd gedoneerd aan gaarkeukens en voedselbanken in de buurt.
- De San Fransisco League of Urban Gardeners uit Californië heeft een programma in Alemany, een gemeenschap met een werkloosheid van 84%. Het biedt 20–25 lokale jongeren gedurende het schooljaar en zo'n 60 in de zomer werk. Ze zijn opgeleid in tuinieren, landschapsarchitectuur, biotoofterstel, arbeidsvaardigheden en leiderschapontwikkeling.

6 Het stedelijke ecosysteem

Tuinen helpen de gezondheid van het stedelijke ecosysteem te verbeteren door:

- regenwater te filteren. Hierdoor helpen tuinen meren, rivieren en grondwater schoon te houden (planten en de micro-organismen met wie ze in symbiose leven helpen om het water te zuiveren en filteren wanneer het door de bodem sijpelt).
- bodemerosie en afvloeiing te verminderen, waardoor overstromingen verminderen en de stad geld bespaart.
- het zuurstofgehalte in de lucht te herstellen en te helpen met het verminderen van luchtvervuiling, door middel van de gasuitwisselingssystemen van bladeren en bodem.
- het 'warmte-eilandeffect' te verminderen, zorgen tuinen voor een lager airconditioninggebruik en lagere energierekeningen.
- De tuinen nemen veel water op en verminderen daarom bij grote en langdurige regenperiodes de overloop van het riool in het oppervlaktewater.

7 Jeugdeducatie

- Gemeenschapstuinen kunnen dienen als een openluchtleslokaal waar de jeugd waardevolle vaardigheden kan opdoen, zoals biologie, toegepaste wiskunde, communicatie, verantwoordelijkheid, beweging, verbreding kennis voedsel (kennen = eten) en samenwerking. Ze bieden ook de mogelijkheid om te leren over het belang van gemeenschap, rentmeesterschap en ecologische verantwoordelijkheid.

8 Culturele kansen

- Gemeenschapstuinen bieden unieke kansen om relaties te ontwikkelen binnen en buiten fysieke en sociale grenzen. In plaatsen zoals de Twin Cities, waar grote groepen eerste en tweede generatie immigranten wonen, hebben gemeenschapstuinen gezorgd voor een plek voor:
 - blootstelling aan culturele tradities tussen de generaties
 - culturele uitwisseling met andere tuiniers
 - toegang tot gemeenschappen die een andere taal spreken
- In tuinen in New York die aangesloten zijn bij gemeenschapstuinenvereniging Greenthumb zitten tuiniers uit 45 verschillende landen en allerlei regio's uit de vs.
- Uit recent onderzoek is gebleken dat bewoners in groene gebieden, eerder geneigd zijn om deze te gebruiken en als gevolg daarvan eerder geneigd zijn om contact te leggen met burens.

9 De therapeutische werking van tuinen

- Blootstelling aan de groene ruimte vermindert spanning en verhoogt het gevoel van welbehagen en geborgenheid.
- 'Een toename van tien procent in groene en open ruimte in de buurt bleek een verlaging van gezondheidsklachten te hebben. Gelijkwaardig aan een vermindering van de leeftijd van de persoon met vijf jaar.'
- De Vets Garden in Brentwood (Californië) heeft 35 patiënten in dienst, waarvan velen al sinds de Vietnamoorlog niet in staat zijn geweest om een baan te behouden. Sinds het programma gestart is, zijn klinische verblijven significant afgenomen, boeken de tuiniers sneller vooruitgang en zijn ze beter in staat om deel te nemen aan het gewone leven en over te gaan op banen buiten het ziekenhuis.

- Werkgelegenheidskansen zoals tuinieren en landschapsarchitectuur in de stad zijn toegankelijk geworden voor veteranen en meerdere deelnemers aan het programma zijn zelfs weer naar school gegaan.

10 Criminaliteitspreventie

- Gemeenschapstuinen verhogen een gevoel van gemeenschappelijk eigendom en rentmeesterschap. Ze bevorderen de ontwikkeling van een gemeenschappelijke identiteit en bezieling.
- Gemeenschapstuinen bieden een focuspunt voor het gemeenschappelijk organiseren en kunnen leiden tot gemeenschappelijke inspanningen om andere sociale problemen op te lossen.
- Gemeenschapstuinen geven de jeugd een veilige plek om met leeftijdgenoten om te gaan en kunnen hen bij positieve activiteiten betrekken.
- Gemeenschapstuinen brengen buurtwachten voort en verhogen de waakzaamheid op straat.
- Wetenschappelijke studies tonen aan dat criminaliteit afneemt in buurten wanneer de groenruimte toeneemt en dat het aanwezig zijn van groen geestelijke vermoeidheid vermindert, een van de voorlopers van gewelddadig gedrag.
- Gemeenschappelijk tuinieren wordt door veel politiekorpsen erkent als een effectieve criminaliteitspreventiestrategie.
- 'In Philadelphia nam het aantal inbraken en diefstallen af met 90 procent, nadat de politie bewoners hielp om leegstaande kavels op te ruimen en er tuinen aan te planten.

Voor de bronvermelding verwijzen we graag door naar het originele document waar wordt verwezen naar 21 verschillende wetenschappelijke bronnen.

The Multiple Benefits of Community Gardening.
www.communitygarden.org/docs/learn/articles/multiple_benefits.pdf

Dit document is in het Nederlands beschikbaar gekomen met dank aan:

- *Kamiel van Ingen*
- *Siemen Cox*
- *Douwe Beerda*
- *Annette Kuypers*