

# Årungen strandsonen

- og dens uutnyttede potensiale for å bedre et nærmiljø -

Noe av det viktigste, men også det vanskeligste det siste året har vært å være sammen. Etter den 12. mars 2020 har Årungen blitt mer og mer verdsatt som rekreasjonsområde og som sosial arena både blant Ås' innbyggere og blant studentene ved NMBU.

## Intensjonen

Intensjonen med dette bidraget er

- Å komme med forslag om ny tursti langs Årungen og forslag til steder som egner seg til møteplasser og utkikkspunkt
- Å belyse betydningen av å benytte det naturgitte som ressurs i nærområdet
- Å belyse hvor viktig den overordnede, også ikke-urbane delen av landskapsarkitekturen er

## Bidragets grep

Tilrettelegging av Årungen som et godt nærmiljø gjennom å skape en sammenhengende tursti langs Årungen med rasteplasser og utkikkspunkt på egnede steder.

Stien og nye rasteplasser rundt Årungen skal løfte de stedegne kvalitetene frem, uten å forringe det biologiske mangfoldet.

Stien er skjermet fra støy og trafikk, i motsetning til dagens situasjon (se situasjonsbilder fra Årungen vestsiden nederst).

## Et godt nærområde

At et nærområde som byr på naturopplevelser, rekreasjon og samtidig ikke krever langveis reising har vært avgjørende for trivsel og helse det siste året, er allmen kjent. Jeg mener at dette ikke bare er viktig under en pandemi. Kortreiste naturopplevelser og det å bruke det naturgitte landskapet vi har i nærområde som sosial arena vil være viktig i fremtiden av mange grunner.

Blant annet:

- Fysisk og psykisk helse
- Klima og natur
- Styrking av gode lokalsamfunn

Hvorfor?

**Fordi** fysisk aktivitet i tillegg til å være positivt for fysisk helse også har god innvirkning på humør og velvære. Samtidig viser forskning at det å være fysisk aktive sammen kan bidra til økt trivsel og bedre humør. (helsenorge.no)

**Fordi** å benytte landskap i sitt nærområde i stedenfor lange reiser gjør simpelthen at vi forenser mindre gjennom reising. I tillegg har den statlige friluftspolitikken *følgende* som ett av fire nasjonale mål:

"Områder av verdi for friluftslivet skal sikres og forvaltes slik at naturgrunnlaget blir tatt vare på."

Dette skal i følge Regjeringen blant annet løses gjennom økt nærhet og tilgang til attraktive områder og ferdsselsårer for friluftsliv der folk bor, samt videreutvikling av kunnskapsgrunnlaget om friluftsliv. (regjeringen.no)

Men også **fordi** friluftsliv er viktig for å skape tilhørighet og gode lokalsamfunn. (distriktsenteret.no)



## Stedegne kvaliteter og dagens situasjon



4) Årungen sett fra nord, vinterstid



5) Årungen fra østsiden om våren



6) Årungen fra østsiden om høsten med kveldssol på vestsiden



7) Årungen fra østsiden



Kilde: www.google.no/maps

Dagens trasé "Årungen rundt" - på vestsiden



Kilde: www.google.no/maps

Dagens trasé "Årungen rundt" - på vestsiden

## Om området

Årungen ligger på kommunegrensa mellom Ås og Frogn kommune i Viken, og er bare 1 km fra Norges miljø- og biovitenskaplige universitet (NMBU) og 2,5 km fra Ås sentrum.

Årungen rommer i dag et bredt spekter av interesser og verdier. Blant annet er det et friluftsområde, det er et område med rikt og viktige biologisk mangfold, det er Norges Riksanlegg for roing og det er et ekskursjons område for studenter og elever i forbindelse med undervisning i blant annet i tema som plantevitenskap og geologi.

Selv om Årungen har mange bruksområder, er det fortsatt langt i fra godt utnyttet. Spesielt når det kommer til potensialet for friluftsliv finnes her.

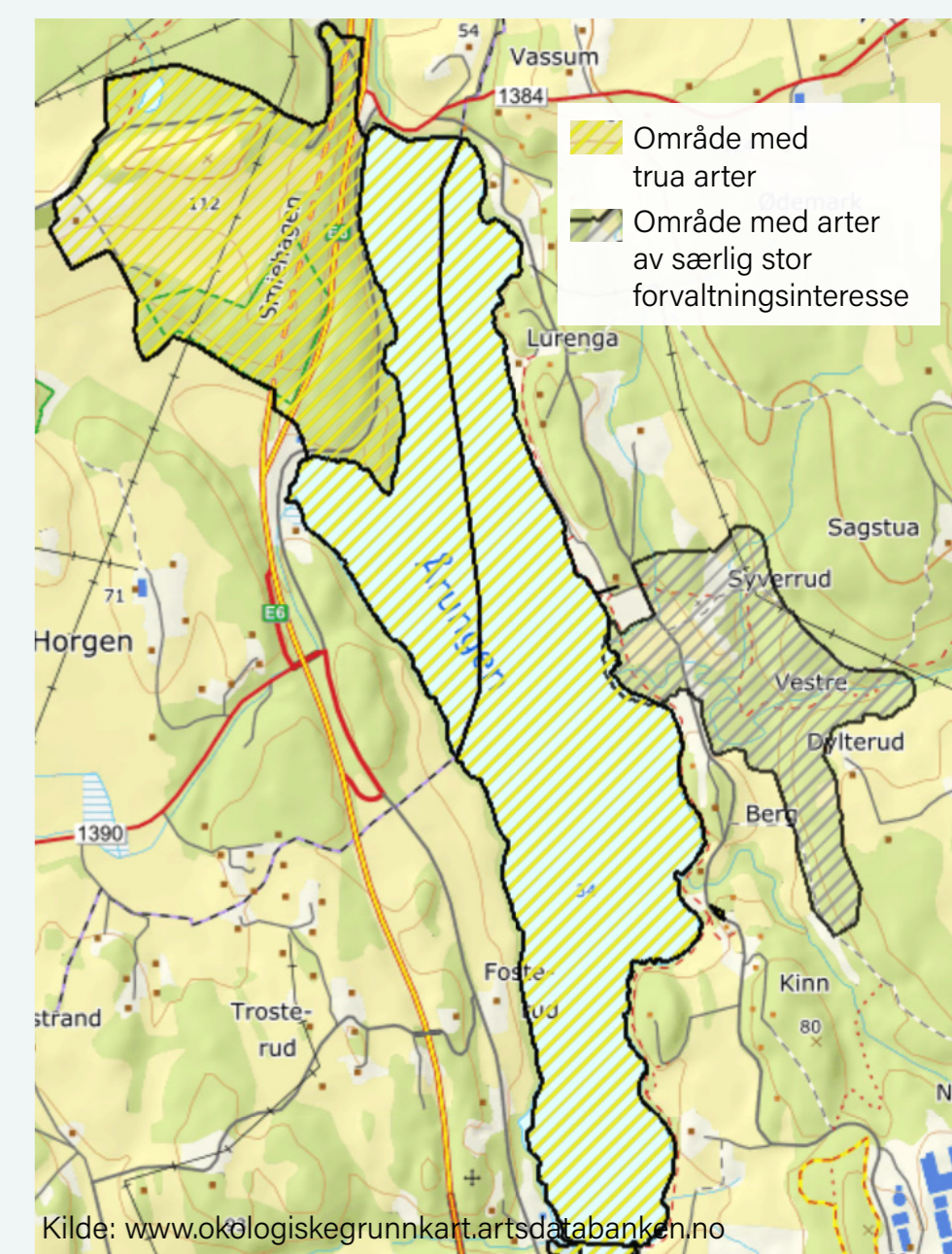
## 3D-kart over området



## Mitt forhold til Årungen

Mitt personlige forhold til Årungen som en del av mitt nærmiljø er svært viktig, som for mange andre studenter. Her går vi turer sammen, drar på hengekøyturer sammen, griller sammen og drar på joggeturer sammen. Årungen representerer for meg frihet og avkobling. Verdien av å få utsikt over vann i et nærmiljø som ellers byr på lite utsikt er ekstremt viktig. Likevel er et mer tilrettelagt og brukervennlig Årungen savnet. Her er det mye potensiale til å gjøre mitt nærmiljø enda bedre.

## Betydning av biologisk mangfold



## Referanser:

<https://www.helsenorge.no/trening-og-fysisk-aktivitet/hva-fysisk-aktivitet-gjor-med-kroppen/>

<https://www.regjeringen.no/contentassets/4061fdb13c834bccaebdb-920f9e96b/t-1535.pdf>

<https://distriktsenteret.no/wp-content/uploads/2018/08/DS-jubileumshefte2018small.pdf>

Foto 1-7: Tatt av innsender av bidraget

Referanseprosjekt 1:  
<https://www.multiconsult.no/prosjekter/barnas-naturrom/?fbclid=IwAR1g-V5jexabSPJ3x23YIACWFHTjnpSN8ZPovqsQDaREimVRURsP-1NYz5>

Referanseprosjekt 2:  
<https://www.mdgla.com.au/projects/riverwalk/>

Referanseprosjekt 3:  
<https://www.mdgla.com.au/projects/enclave/>

For: NLA Studentkonkurranse om nærmiljø  
Dato: 7. mars 2021