



# ACTIVE LIVING AREA

## CAMPUS ODENSE



UNIVERSITY COLLEGE  
Lillebaelt



SYDDANSKE FORSKERPARKER



ODENSE  
KOMMUNE



Region  
Syddanmark  
Nyt OUH



## Forord

### Campus Odense, Active Living Area

Campus Odense, Active Living er forankret i regi af Campus Odense, som er et samarbejde mellem Odense Kommune, Region Syddanmark/Nyt OUH, UCL, Syddanske Forskerparker, Freja Ejendomme og SDU.

Campus Odense, Active Living Area dækker to handlinger under Campus Odense Strategisk udviklingsplan: Active Living Event og Fysisk identitet, som SDU er tovholder for. Campus Odense, Active Living Area bringer fysisk sammenhæng mellem parterne på Campus Odense samtidig med, at det skaber et nyt bevægelses- og naturrum til borgere (samt til fx pårørende til patienter på Nyt OUH).

Active Living Area udvikles trinvis. I foråret 2018 har der været fokus på involvering af professionelle interessenter, studerende og borgere samt dialog med fx relevante videnskabelige miljøer på SDU (biologi, historie) og Odense Kommunens 'Grønne råd'. Herigennem er der formuleret en række fokuspunkter for området, som der arbejdes videre med i de kommende faser.

Den næste fase skal initiere projektet med anlæggelse af trampesti, forhindringsbaneelementer samt natur- og kulturformidling. Trampesti og forhindringsbaneelementer vil være den første konkrete invitation til brug af området, som kan give anledning til nye idéer til ønsker for området samt til festivalen i maj '19.

Efterfølgende kan området løbende udbygges ved beslutning og finansiering. Dette prospekt viser eksempler på aktiviteter i området. Disse udvikles i dialog mellem forskere, medarbejdere og borgere.

Arbejdsgruppen for Campus Odense, Active Living

*Fra store dele af området vil Mærsk Kollegiet stå som et genkendeligt orienteringspunkt i horisonten.*



# Eksperimentarium for Active Living og borgerforskning

Active Living er et internationalt koncept udviklet med henblik på at integrere fysisk aktivitet i hverdagen. Active Living er formuleret som en overordnet strategi i Verdenssundhedsorganisationen (WHO), hvor medlemslandene skal forsøge at efterkomme målsætningen ved at informere og igangsætte interventioner, der fremmer fysisk aktivitet.

Ved at etablere et Active Living Area skabes rammer for et aktivt udemiljø som samtidig bliver et levende eksperimentarium for Active Living-forskningen i et samarbejde mellem forskere og brugere af området.

Active Living-projektet er et Citizen Science-projekt, hvor borgere, foreninger, medarbejdere og studerende gennem arrangementer og dialog bidrager til udviklingen af Campus Odense. Borgere (i bred forstand) giver forskerne indblik i, hvordan de ser områdets muligheder og hvad der skal til for, at de vil bruge området aktivt. Dialogen mellem borgere og forskere giver forskningen ny viden og nye input – og borgerne får mulighed for at engagere sig i et forskningsprojekt og bidrage til udviklingen af Campus Odense-området, som kan give tilhørsforhold til og interesse i Campus Odense. Via et samarbejde med Fyens Stiftstidende når projektet ud til borgere, som ellers ikke ville se Campus Odense som 'deres'.

Visionen med anlæggelsen af et Active Living Area er via forskning og brugerinddragelse at påvirke samfundet, så de fælles fysiske rammer, herunder bygninger, byer og landskab indrettes med plads og øget appel til en aktiv livsform. Eksempler på appellerende, vidensstimulerende fysiske miljøer er afgørende for at kunne modvirke den nuværende negative udvikling i sedentarisme og fysisk inaktivitet. Ved at opleve fx en apotekerhave, små biotoper, forhindringsbaner eller naturens fred og ro kan der både skabes Active Living og indsigt i det videnskabelige arbejde.

På baggrund af videnskabelige studier kan der opregnes en række fordele ved at inddrage principperne for Active Living i den fysiske indretning:



# AREA CAMPUS ODENSE



Logo for Active Living Area - Campus Odense, til brug ved arrangementer og events som er blevet afholdt og som kommer i fremtiden.

Kortet viser den geografiske afgrænsning af Campus Odense området (afgrænset med rød prik signatur) samt placeringen af Active Living Area på engarealet mellem Odense Forskerpark og SDU.



### **Samfundengagement:**

- Et område kan anvendes af virksomhed(er) til deres udvikling af fx nye typer udendørs lege- og/eller fitnessredskaber samt velfærdsteknologi/rehabilitering.
- Området faciliterer formidling af natur (naturvejledning, der giver opmærksom på den diverse natur, som findes i området) og kulturhistorie (fx via samarbejde med Odense Bys Museer om de udgravninger og fund, der er gjort i området). Både natur- og kulturformidling kan ske via opsatte plancher og evt. guidede ture.
- Området kan fx via ovenstående gøres interessant for institutioner, som kan anvende området til bevægelse og ny viden. Området kan inddrages i grundskolens årlige idrætsfestival.
- Citizen Science/borgerforskning vil være en ny måde at engagere borgere i Campus Odense-området og give mulighed for, at borgere kan bidrage til fx Aktive Living-forskningen og til formidlingen af forskningens resultater. Dette forventes at kunne styre implementering af ny viden i samfundet.
- Afholdes af årlig Active Living Festival med fokus på bevægelse og aktivitet i det fri. Det kan være DM i dronflyvning, åbne mesterskaber i petanque, trail-forhindringsløb og andre ideer og tilbud fra lokalområdets klubber og foreninger. Med en bevægelsesrute fra Odense midtby (Odense Banegård/ Fyens stiftstidens langs det nye letbanetrace sættes fokus på sammenhæng mellem byen og Campus Odense.

### **Kommunale gevinster:**

- flere oplevelsesmæssige kvaliteter for borgere i Odense, og dermed indfrielse af princippet for rekreation og oplevelser i landskabet i henhold til Odense Kommunes Grøn Blå Rekreativ.
- trædesten for den videre byudvikling mod syd omkring campus og universitetshospital.

### **Nationalt konkurrenceparameter:**

- skabelsen af et attraktivt miljø, der kan virke som et decideret konkurrenceparameter i forsøget på fortsat at tiltrække velkvalificerede studerende, forskere, undervisere og anden teknisk, administrativ arbejdskraft.
- området kan blive Region Syddanmarks praktiske eksempel på en løsningsmodel i regi af regionale projekt "Bevægelse i Syddanmark"

### **Profilering på internationalt niveau:**

- campusområdet vil med integrationen mellem universitet, hospital, university college, forskerpark, kollegiebyggeri og landskab være unikt på verdensplan.
- uderum og landskab vil være fuldskala laboratorier, der kan gøres til genstand for videnskabeligt samarbejde med internationale topuniversiteter.
- campusområdet kan som showcase være drivende kraft for erhvervsliv og innovative entreprenører i udvikling og afprøvning af produkter, faciliteter og anlæg.
- campusområdet kan som demonstrationsprojekt vise, hvordan by og landskab kan integreres med henblik på fremme af folkesundheden.
- Odense Kommune, UCL og SSDU kan profilere sig som verdens første Active Living studieby.

### **Forbedret studie- og arbejdsmiljø:**

- positiv effekt på studiemiljøet for studerende og forskere
- positiv effekt på arbejdsmiljøet med bedre trivsel.
- forbedrede læringsmiljøer, hvor anlæggelsen af fx biotoper, forsøgsstationer, sansehaver mv. vil kunne styrke forskellige studieretningers faglighed, fx biologi, miljøkemi, fysiologi, pædagogik, psykologi, folkesundhed mv.
- øget sundhedsniveau blandt studerende og ansatte med færre sygedage, større produktivitet og mere overskud i hverdagen.

Forskningen viser at bevægelse i løbet af dagen har flere positive effekter for både medarbejder og virksomhed. Medarbejderens sundhed både fysisk og mentalt styrkes, hvilket kan betyde mindre sygefravær – og endelig bidrager bevægelse i det fri til inspiration og ny energi til arbejdsopgaverne.

Det kan ledelsesmæssigt stimuleres gennem italesættelse af muligheden for at tage møder som walk 'n talk-møder på de opmålte ruter, tilskyndelse til at gå en rask gåtur i frokostpausen.

De studerende kan ligeledes bruge området, når hovedet skal klares – og det kan beskrives, hvordan området kan indgå i undervisningsforløb.



# Hvad skal der til for at komme igang

På baggrund af de mange input fra forårets workshops og event samt det bevilgede budget i 2018 på 213.000 kr. kan den første fase med anlæggende af bevægelsesrummet startes op i sensommeren 2018.

Midlerne vurderes at være tilstrækkelige til, at der bla kan etableres en trampesti til august, når marken er høstet, samt et parallelt forløb med forhindringsbaneelementer (træstammer til balancegang, klatreelement, hop-fra-stub-til-stub, mv.). Ligeledes prioriteres også opstart på natur- og kulturformidling via relevantesamarbejdspartere.

Fase 1 er således startskud for Campus Odense, Active Living Area og en forløber for næste års Active Living Festival.

## Fase 1:

- Trampesti/Walk 'n Talk-sti
- Forhindringsbaneelementer (OCR)
- Informationsspor - natur og kultur

Opstartstidspunkt: Sensommer 2018.

Fase 1 er igen anledning til borgerinvolvering til at trampe stien og i den sammenhæng komme med yderligere idéer til området og den kommende festival. Borgerinvolvering er betydningsfuld i forhold til at skabe ejerskab til området og dets muligheder.

*Luftfoto af Active Living Area, som det tog sig ud i foråret 2017, før Fioniavejs afslutning og etablering af parkeringsarealerne vest for SDU.*







Walk 'n talk ruterne tænkes blandt andet anlægges rundt ved søens bred. Anvisninger kan udføres som det eksempelvis kendt fra stisystemet "Spør i landskabet", hvor fra nederste billede er taget. Kortet viser rutenettet.



## Trampesti/Walk 'n Talk-sti 10, 15 eller 30 minutters møde i bevægelse.

Trampestier er trampede stier. De kan suppleres med mere handicapvenlige stier samt med naturlige rekreations-/opholdspladser – en af disse kan være lidt større (eksempelvis en 'natur amfi-scene') der ligger centralt, hvor den kan anvendes som mødested. Stier og opbygninger er naturlige og dynamiske, så de kan ændres over tid.

Trampestierne et tilbud til borgere i lokalområdet samt institutioner, der kan let og bynært kan komme ud i naturen og bruge området til bevægelse, rekreation og oplevelser. Samtidig er trampestierne et attraktivt tilbud til organisationerne på Campus Odense,

Trampestierne (Walk 'n Talk-stierne) opfylder flere formål. De:

- binder fysisk institutionerne organisationerne sammen
- tilbyder strukturerede pause- og inspirationsforløb for medarbejdere, studerende, gæster og fx pårørende til patienter på Nyt OUH
- kan anvendes i undervisningsforløb, hvor der langs og/eller indbygget i stiforløbene er mindre og afgrænsede arenaer for refleksion og dialog
- kan anvendes til udforskning af lokalområdet (natur, kultur, historie)

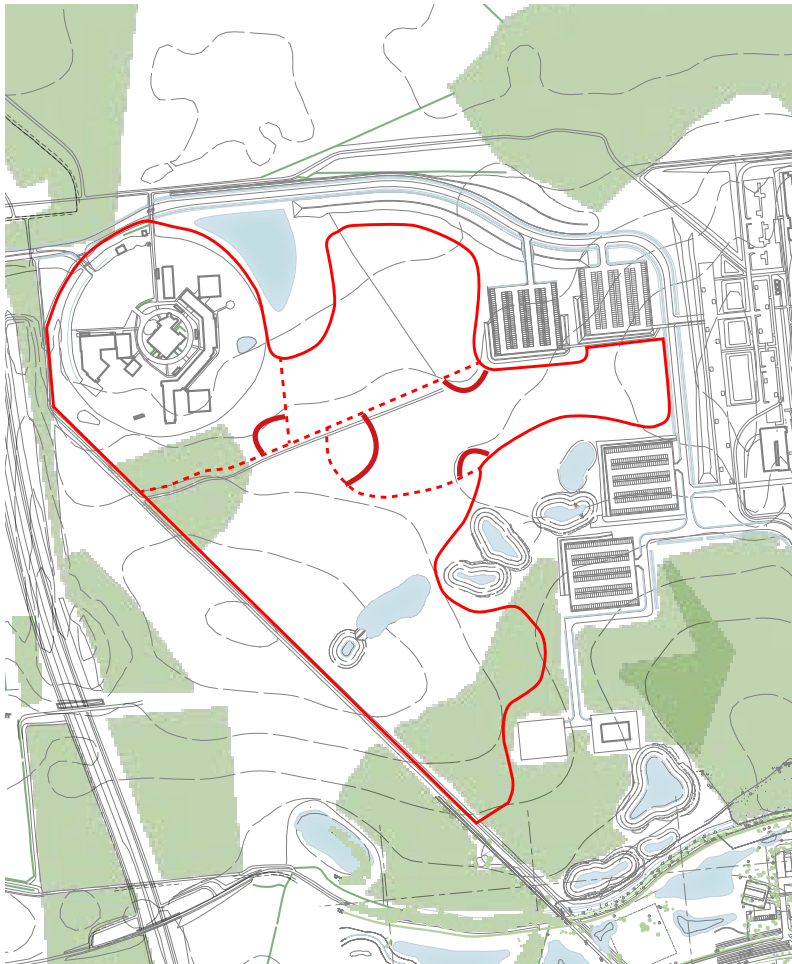
Stierne binder institutionerne fysisk sammen, og minuttal fortæller, hvor kort der er mellem institutionerne fx anviser skilte stiforløb på 10, 20 eller 30 minutter. Stierne tilbyder naturnære alternativt letbane samt de traditionelle cykel- og gangstier.

De strukturerede og anvendelige trampestier vil give medarbejdere og studerende mulighed for at indarbejde active living, som en naturlig og 'tilladt' del af arbejdsdagen. Det er veldokumenteret, hvad active living betyder for sundhed, velvære, helbred, læring, mv. Stierne har forskellige afmærkede længder, der er angivet samt milepæle, der gør det let at holde tiden.

Stisystemet bringer ikke kun mennesker i fysisk bevægelse, det skaber også rum for mentale bevægelser. Indlagte gåture i uddannelses- og undervisningsaktiviteter kan øge motivation, refleksion og dialog som drivkraft for yderligere læring, ligesom gåture har dokumenteret effekt på kreativitet fx i forbindelse med møder og andre aktiviteter hvor uderummet kan være befordrende. Initierende 'poster' undervejs på stierne kan understøtte korte refleksionsseancer. Stisystemet kan understøtte såvel studerendes som medarbejders fysiske og mentale bevægelser, ligesom det kan understøtte anderledes typer af møde- og udviklingsaktivitet.



# Forhindringsbaneelementer



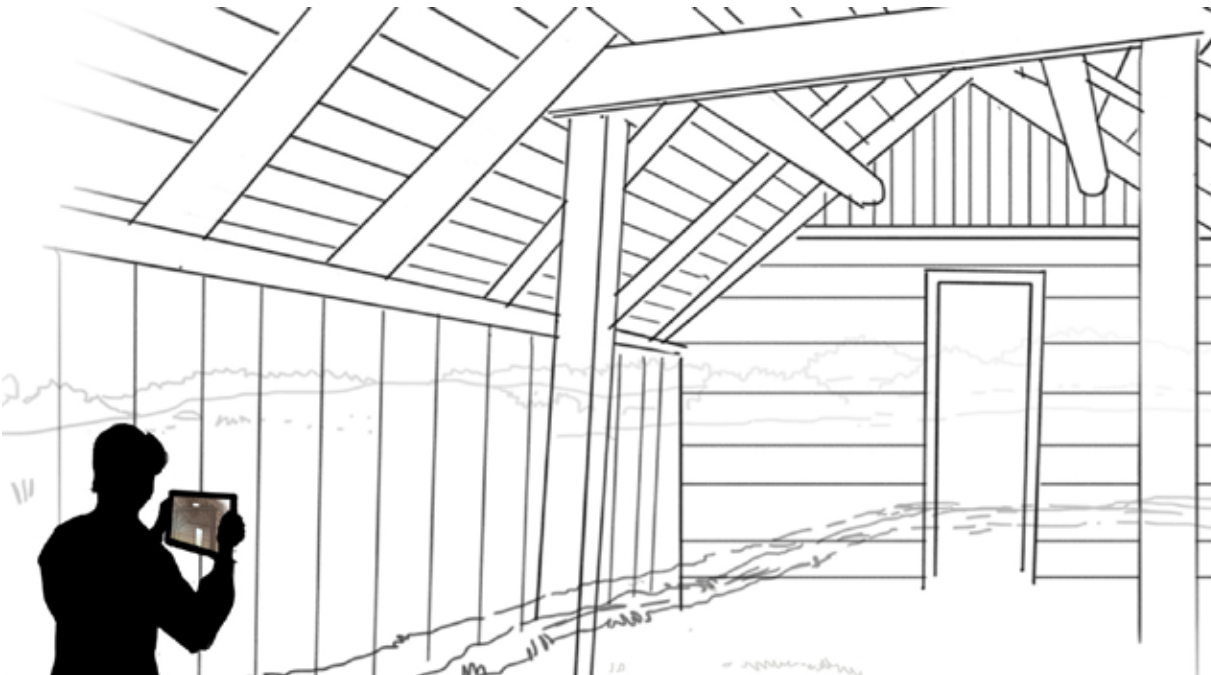
Forhindringsbaneelementer kendes fra Obstacle Course Race (OCR), som en nyere og voksende motionsform, der udfordrer muskulatur og koordinationssevne. Parallelt med trampestierne etableres forhindringsbaneelementer (træstammer til balancegang, klatreelement, hop-fra-stub-til-stub, mv.).



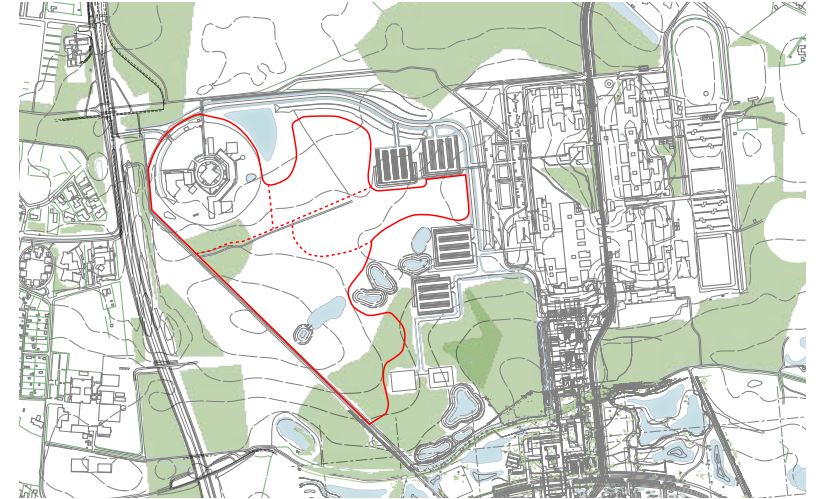
*Eksempel på OCR forhindring, der dog også nemt kan udføres af mere simple materialer som træstammer.*



ovenfor: Billede fra "Spor i Landskabet" hvor infotavler fortæller om stedet plante og dyreliv.



## Formidlingsspor – natur og kultur



Trampestierne kan anvendes af nærområdets medarbejdere, studerende, borgere, skoler og dagtilbud. I samarbejde med fx Biologisk Institut, SDU og Odense Bys Museer skabes formidlingsposter langs stierne med information om naturen, kulturlandskabet og den historie, der gemmer sig under jorden. Denne del kan udvikles sammen med de relevante parter.

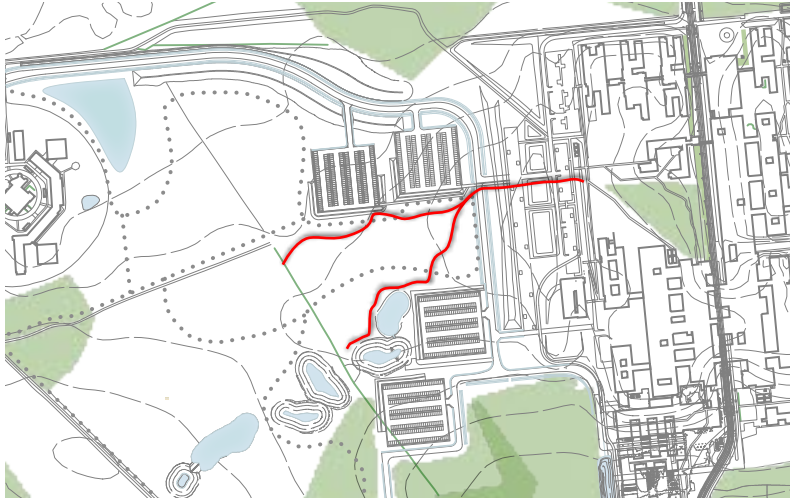
Natur-, historie og kulturformidling vil give brugerne ny viden om og interesse i området og dets særkender.

Kort ovenfor: Trampestierne, markeret med rød streg, anvendes som udgangspunkt for formidlingssporet.

Illustration til venstre: Illustration fra Lejre, hvor augmented reality anvendes til formidling af fortidens byggerier i det oplevede landskab via en tablet.



## Udbygning til et landskab i 'verdensklasse'



Fase 2 vil være en udbygning af de enkelte elementer i fase 1, som i højre grad gør området til noget særligt. Det kan fx være en boardwalk (plankesti) gennem området mere fugtige dele, det kan være udnyttelse af vandelement til leg og bevægelse, det kan være et betydeligt udsigtspunkt (bakke/tårn) eller mindre bakkelandskab (MTB/kælke), handicapvenlige bevægelsesspor, grønne cykelstier, shelters eller digital formidling.

I fase 2 undersøges muligheden for private samarbejdspartnere mhp at udvikle nye koncepter for leg og fitness.

Fase 2 vil kræve yderligere finansiering, som skal ansøges og hjemtages – i den forbindelse vil det være nødvendigt at tilknytte en landskabsarkitekt i en periode til at gennemtegne landskabsidéen (estimeret budget 80.000 kr). Fase 2 vil styrke og positionere Active Living Area som et attraktivt område med potentiale for nye samarbejder og ny anvendelse samt som eksperimentarium for Active Living.



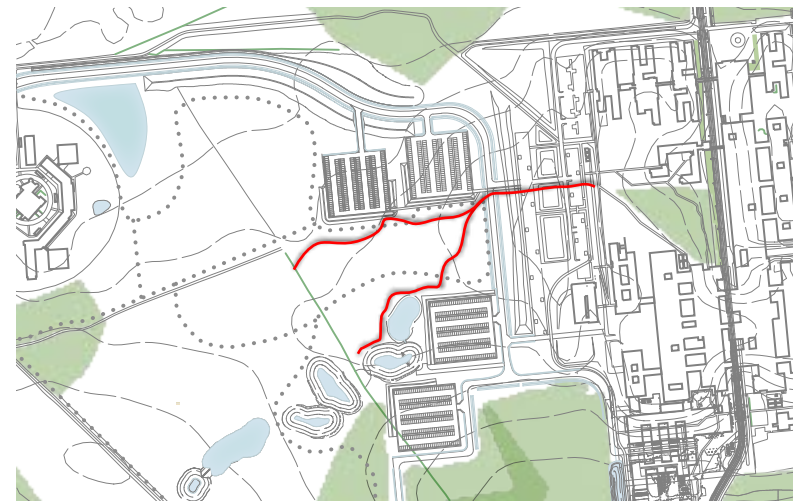
*Boardwalk er kendt fra mange vådområder, men også fra byer som New York, hvor billedet her under er taget fra. I New York er det byen der løber under gangsystemet. I Active Living Area vil inspirationen hentes fra begge eksempler.*







## Udbygning til et landskab i 'verdensklasse'



Etablering af en boardwalk vil tilføje landskabet et nyt og inspirerende element, hvor man oplever de våde elementer i området tørskoet. Plankestien vil give en ny bevægelsesoplevelse og henlede opmærksomheden på naturen på en ny måde. Og den vil inspirere til at gå en tur!

*Lupiner ved Forskerparken*



## Sov med 21 flagremusearter



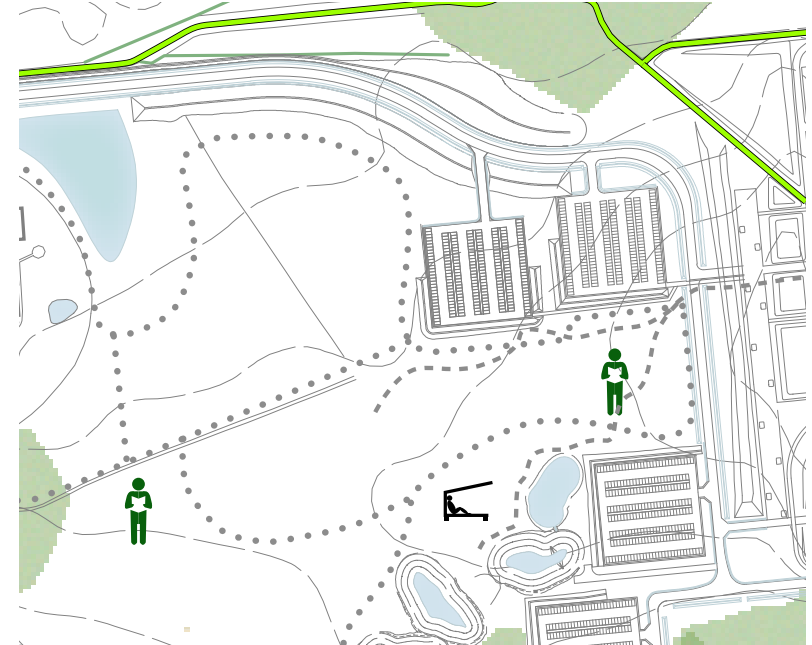
I samarbejde med spejdere kan der etableres shelters i området, hvor borgere og studerende kan lave mad over mål og sove midt i naturen. Fredsskoven er fx særdeles rig på flagremus, hvor et forskningssamarbejde med Biologisk Institut og Mærks McKinney Møller Institutet har afsløret 21 forskellige arter i skovene.





Eksempel på udeundervisning, her fra Union Collage i New York.

## Verdens bedste udendørs studiemiljø



Studerende fra SDU/IOB og UCL har foreslået, at området bruges til at etablere 'verdens bedste studiemiljø' med studiepladser til både grupper og individuelle studerende i det fri. Disse kan udvikles, så de er mobile (fx vinter-/sommerplacering) og semioverdækkede. Studerende bør engageres i sådan et projekt, som kan ses i sammenhæng med initiativer som Campus Life og Student Hub.

Parallelt med etablering af bevægelsesspor i området bør etablering af 'Verdens bedste udendørs studiemiljø' drøftes og vurderes. Dette fokus er nyt og kan understøtte SDU som et attraktivt sted at studere, hvor der er fokus på nye undervisningsformer og et studiemiljø, der fremmer de studerendes trivsel.