



Stadtnatur wertschätzen

Städtische Naturflächen als gesundheitsfördernde Ressource

Überblick

Durch Urbanisierung und Nachverdichtung wächst die Bedeutung von Naturflächen in Städten. Angesichts von Starkregenereignissen und Dürreperioden wirkt Stadtnatur als Kühlung, Wasserspeicher, sowie Staub- und Lärmschutz. Gleichzeitig suchen Menschen Stadtnatur auf, um sich zu erholen, Sport zu treiben und soziale Beziehungen zu pflegen. Dafür braucht es ein modernes Stadtraum-Management, das Natur für eine gesunde, klimaresiliente Zukunftsstadt einbindet und eine nachhaltige und sozial gerechte Nutzung urbaner Natur ermöglicht. Angesichts des Biodiversitätsverlusts muss Forschung ein besseres Verständnis für den Zusammenhang von Artenvielfalt und Gesundheit im urbanen Raum schaffen.

Das ValuGaps-Projekt erforscht, wie sich die vielfältigen Werte der Natur – von wirtschaftlichem Nutzen bis zu Lebensqualität – besser erfassen, vergleichen und in politische Entscheidungen einbinden lassen. Ziel ist es, den Wert von Natur und Biodiversität sichtbarer zu machen, um den Schutz und die nachhaltige Nutzung natürlicher Ressourcen zu stärken.

Stadtgrün wertschätzen

Wohnungsnah, öffentliche Naturflächen steigern die Lebenszufriedenheit und werden von der Stadtbevölkerung geschätzt: Eine ValuGaps Studie beziffert den Wert von Biodiversität auf den Grünflächen der 22 größten deutschen Städte mit 13 Milliarden Euro pro Jahr. Schon 20 Minuten in Naturflächen fördern die psychische Gesundheit und lindern Belastungen und Stress. Vielerorts sind Naturflächen jedoch unzureichend oder schwer zugänglich – mit negativen Folgen für das Wohlbefinden der Stadtbevölkerung. Mit zunehmender Knappheit der Naturflächen in unseren wachsenden Städten, sollte die Politik deren ökonomischen Wert stärker an die zu erwartende, zukünftige Wertsteigerung von Stadtnatur anpassen. Denn dass knappe Güter teurer sind, gilt auch für Stadtnatur.



iDiv

Deutsches Zentrum für integrative
Biodiversitätsforschung (iDiv)
Halle-Jena-Leipzig



Stadtnatur und die Förderung der menschlichen Gesundheit

Naturflächen haben eine Vielzahl positiver Effekte auf die menschliche Gesundheit:

- ▶ **Psychische Gesundheit & Stressreduktion:** Kontakt zur Natur lindert Symptome psychischer Erkrankungen, senkt Stress und steigert die Lebenszufriedenheit
- ▶ **Kognitive Erholung:** Naturflächen fördern die Erholung von mentaler Ermüdung und verbessern die kognitive Leistungsfähigkeit
- ▶ **Sozialer Zusammenhalt:** Natur bietet Orte für soziale Interaktionen, die das Gemeinschaftsgefühl stärken und Einsamkeit lindern.
- ▶ **Resilienz gegen Umweltstressoren:** Naturbasierte Lösungen mit Grünflächen, Dach- und Fassadenbegrünung schützen vor Umweltstressoren wie Lärm, Hitze und Luftverschmutzung.

Förderung

Das Projekt „ValuGaps – Umfassende Inwertsetzung von Naturkapital in Deutschland“ wird durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert (Projekt Nr. 01UT2103A). [↗ valugaps.de](http://valugaps.de)

Handlungsempfehlungen

Für die Stadtplanung

- ▶ **Grüne Stadt für alle:** Sozialgerechte, wohnungsnaher Naturräume schaffen erlebbare Natur im Alltag, verbessern das Stadtklima und schützen vor urbanen Stressoren. Gemeinschaftsgärten und begrünte Gebäude sind zwei Beispiele für Maßnahmen. Besonders in dicht besiedelten Stadtvierteln sollte dies hohe Priorität in der räumlichen Planung haben.
 - ▶ **Multifunktionale Gestaltung von Naturräumen:** Naturflächen sollten so gestaltet werden, dass sie vielfältige Aktivitäten ermöglichen – etwa Erholung, Sport oder soziale Interaktionen. Multifunktionale Räume verbessern die Gesundheit, Lebensqualität und das Gemeinschaftsgefühl der Stadtbevölkerung.
 - ▶ **Therapeutische Gärten und Ruhebereiche:** Naturbasierte Gesundheitsmaßnahmen wirken sowohl präventiv als auch kurativ.
- Naturerfahrungsräume und aktive Naturerlebnis-Programme in Städten bieten eine Möglichkeit, sich vom Alltagsstress zu erholen und die mentale Gesundheit zu stärken. Dafür müssen geeignete Flächen geschaffen und erhalten werden.
- ▶ **Schutz und Wiederherstellung von Biodiversität:** Visuelle und akustische Biodiversität fördern die Erholbarkeit naturbasierter Lösungen. Stadtpolitik muss hierfür klare Vorgaben an urbane Naturflächen formulieren.
 - ▶ **Kooperation für Gesundheit:** Eine enge Zusammenarbeit und geteilte Verantwortlichkeit zwischen Stadtraum-Planung und Gesundheitswesen ist nötig, um naturbasierte Gesundheitsangebote wirksam umzusetzen und die gesundheitliche Versorgung gezielt zu fördern.

Für die Landes- und Bundespolitik

- ▶ **Förderprogramme stärken:** Bund und Länder sollten durch Förderprogramme den Ausbau und die Pflege von Naturflächen unterstützen.
- ▶ **Bildung und Sensibilisierung:** Bildung sollte die gesundheitlichen Vorteile von Natur herausstellen. Aufklärungskampagnen können dazu beitragen, das Verständnis für die Schaffung von Naturflächen zu erhöhen und das Bewusstsein für ihre Bedeutung in städtischen Gebieten zu schärfen.
- ▶ **Forschung und Wissenstransfer ausbauen:** Forschung zur Rolle von Stadtnatur für das menschliche Wohlergehen muss gefördert und verständlich für politische Akteure aufbereitet werden.
- ▶ **Zugang zu Stadtnatur ermöglichen:** Stadtnatur als niederschwellige, präventive und kurative Gesundheitsmaßnahme sollte Menschen systematisch, d. h. von Fachpersonal, empfohlen oder verschrieben werden – besonders für vulnerable Gruppen, nach Vorbild Großbritanniens.

Kontakt

Kontakt ValuGaps



Dr. Marie-Theres Meemken^{1,2,3}
Department Biodiversität und Mensch
marie-theres.meemken@idiv.de



Kevin Rozario^{1,2,3}
Department Biodiversität und Mensch
kevin.rozario@idiv.de



Dr. Philipp Schägner⁵
Philipp.schaegner@destatis.de

Projektleitung ValuGaps



Prof. Martin Quaas^{1,2}
martin.quaas@idiv.de



Prof. Aletta Bonn^{1,3,4}
aletta.bonn@idiv.de



Leonie Friedrich^{1,4}
Science-Policy
leonie.friedrich@idiv.de

¹ Deutsches Zentrum für integrative Biodiversitätsforschung (iDiv) Halle-Jena-Leipzig

² Universität Leipzig

³ Helmholtz Zentrum für Umweltforschung – UFZ

⁴ Friedrich-Schiller-Universität Jena

⁵ Statistisches Bundesamt

Literatur

Bronnmann, J., Liebelt, V., Marder, F., Meya, J. & Quaas, M. (2023) The Value of Naturalness of Urban Green Spaces: Evidence from a Discrete Choice Experiment. *Land Economics*, 99, [↗ 528–542](#).

Drupp, M. A., Hänsel, M. C., Fenichel, E. P., ... Traeger, C., & Venmans, F. (2024). Accounting for the increasing benefits from scarce ecosystems. *Science*, 383(6687), [↗ 1062–1064](#).

Ekinci, B., Grunewald, K., Meier, S., Schwarz, S., Schweppe-Kraft, B., & Syrbe, R.-U. (2022). Setting priorities for greening cities with monetary accounting values for amenity services of urban green. *One Ecosystem*, 7, [↗ e89705](#).

Rozario, K., Oh, R. R. Y., Marselle, M., ... Shaw, T., & Bonn, A. (2024). The more the merrier? Perceived forest biodiversity promotes short-term mental health and well-being—A multicentre study. *People and Nature*, 6(1), [↗ 180–201](#).

Bildnachweis

Titelbild: Andre_Dechapelle / Adobe Stock · Illustration: elenabsl / Adobe Stock · Marie Meemken: Kerstin Flake / Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften · Philipp Schägner: privat · Martin Quaas: Antje Gildemeister / Universität Leipzig · Weitere Porträts: Stefan Bernhardt / iDiv

Stand: April 2025

iDiv-Koordination



Leonie Friedrich^{1,4}
Science-Policy
leonie.friedrich@idiv.de



Puschstraße 4 | 04103 Leipzig
www.idiv.de/science-policy

iDiv ist eine zentrale Einrichtung der Universität Leipzig im Sinne des § 98 Abs. 1 SächsHSG und wird zusammen mit der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg und der Friedrich-Schiller-Universität Jena betrieben sowie in Kooperation mit dem Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung GmbH – UFZ. Beteiligte Kooperationspartner sind die folgenden außeruniversitären Forschungseinrichtungen: das Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung GmbH – UFZ, das Max-Planck-Institut für Biogeochemie, das Max-Planck-Institut für chemische Ökologie, das Max-Planck-Institut für evolutionäre Anthropologie, das Leibniz-Institut Deutsche Sammlung von Mikroorganismen und Zellkulturen, das Leibniz-Institut für Pflanzenbiochemie, das Leibniz-Institut für Pflanzengenetik und Kulturpflanzenforschung und das Leibniz-Institut Senckenberg Museum für Naturkunde Görlitz.