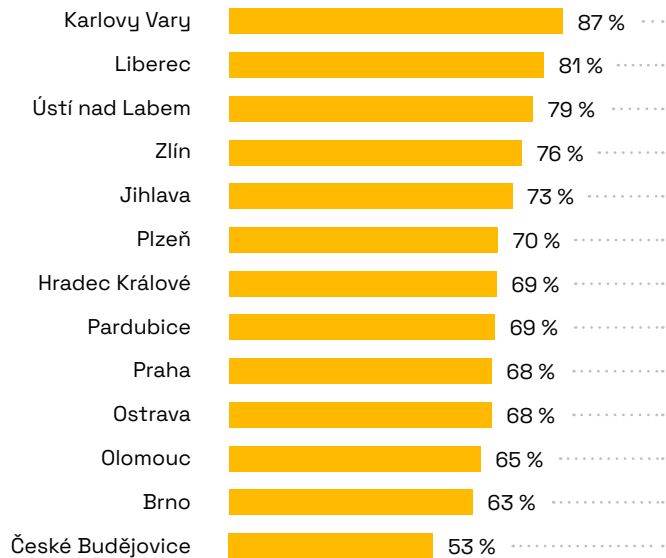


Vliv zeleně na zdraví a prostředí

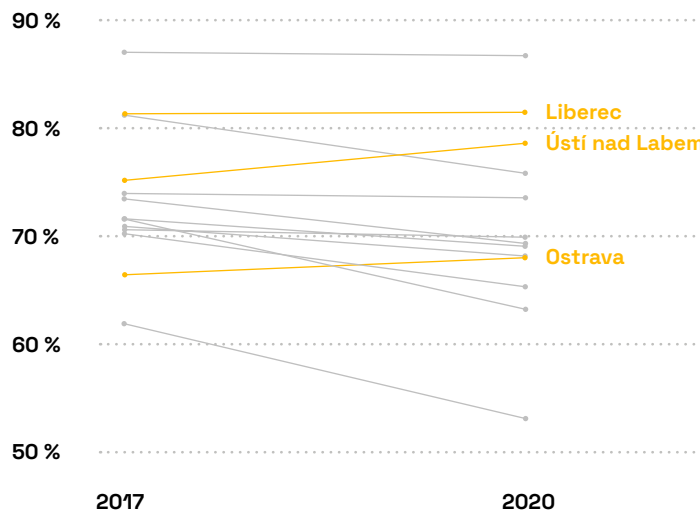
Podíl městské zeleně v České republice v letech 2017–2020 a její vliv na zdraví a prostředí.

Podíl městské zeleně v roce 2020



Změna plochy zeleně mezi lety 2017–2020

Zvýrazněna jsou města, kde došlo ke **zvýšení** podílu zeleně.



Pobyt v přírodě

Lidé, kteří tráví více času v přírodě, mají **nižší riziko deprese a vysokého krevního tlaku**. Častější pobyt v přírodě je asociován s **vyšší mírou sociální soudržnosti**.

Čas strávený v přírodě silně motivuje lidi k fyzické aktivitě, a zároveň **zvyšuje fyzické i duševní benefity fyzické aktivity**.

Městská zeleň, jako jsou parky a hřiště, zlepšuje fyzické i duševní zdraví obyvatel měst a **snižuje nemocnost i úmrtnost**.

Tepelné ostrovy a nadměrné horko

Tepelný ostrov **kumuluje teplo** kvůli přebytku materiálů, jako je asfalt a beton, a nedostatku zeleně. Tepelné ostrovy ve městech zvyšují teplotu až o několik stupňů a **zvyšují riziko nemocnosti i úmrtnosti**.

Nadměrné horko **způsobuje vyčerpání organismu, dehydrataci, pokles krevního tlaku, úpal** apod.

Městský tepelný ostrov

