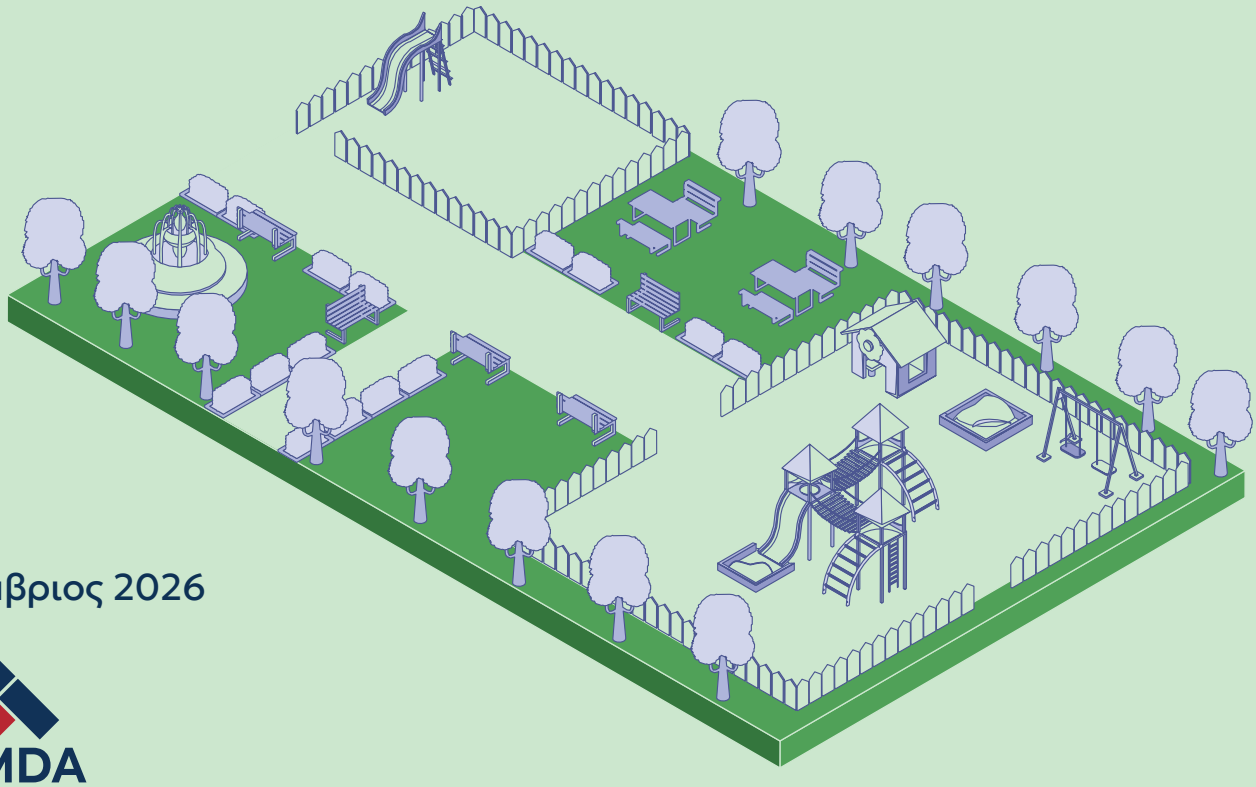
Εμείς και τα πάρκα

Η σχέση των κατοίκων της Αττικής με τους χώρους πρασίνου

Η σύνοψη της έρευνας



Νοέμβριος 2026

LAMDA DEVELOPMENT LABS

Μια έρευνα της 1830 lab για τα LAMDA Labs της LAMDA Development S.A.

Συντακτική ομάδα:
Λενιώ Μυριβήλη, Global Chief Heat Officer for UNEP, UN-Habitat και Climate Resilience Center, Atlantic Council
Λήδα Τσενέ, PhD, Επιστημονική Συνεργάτης, Impact Hub Athens
Σόφη Λάμπρου, Συνιδρύτρια, Impact Hub Athens

Παραγωγή: 1830 lab
Γραφιστικό στοιχείο εξωφύλλου: macrovector - Magnific.com

Η 1830 lab δεν χρησιμοποιεί εργαλεία AI για τη συγγραφή των μελετών της.
Το κείμενο που διαβάζετε έχει γραφτεί από ανθρώπους.

Έκδοση: 04-20112026

Εμείς και τα πάρκα

Η σχέση των κατοίκων της Αττικής με τους χώρους πρασίνου

Η Αθήνα «δεν έχει πράσινο». Αυτή είναι η αντίληψη των κατοίκων της και ένα διαχρονικό παράπονο στον δημόσιο διάλογο.

Τα στοιχεία του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Περιβάλλοντος (ΕΕΑ) δεν τη διαψεύδουν. Ανάμεσα σε 37 ευρωπαϊκές πρωτεύουσες, η Αθήνα μοιράζεται με τη Βαλέτα την τελευταία θέση ως προς το ποσοστό της επιφάνειάς τους που καλύπτουν οι «πράσινες υποδομές»: μόλις 17%, όταν ο μέσος όρος των πρωτευουσών είναι 41% (Σχήμα 1). Στην αστική δενδροκάλυψη μοιράζεται την πέμπτη θέση από το τέλος μαζί με την Ποντγκόριτσα, με 11% έναντι μέσου όρου 29% (Σχήμα 2).

Μολονότι στο Λεκανοπέδιο υπάρχουν μερικά μεγάλα πάρκα και, κυρίως, περιαστικά δάση, οι περισσότεροι κάτοικοι έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε χώρους πρασίνου. Ποιες είναι όμως οι δικές τους στάσεις απέναντι στο θέμα; Χρησιμοποιούν τα πάρκα της πρωτεύουσας; Με ποιους τρόπους; Και τι θα ήθελαν από τον «ιδανικό» χώρο πρασίνου στην περιοχή τους;

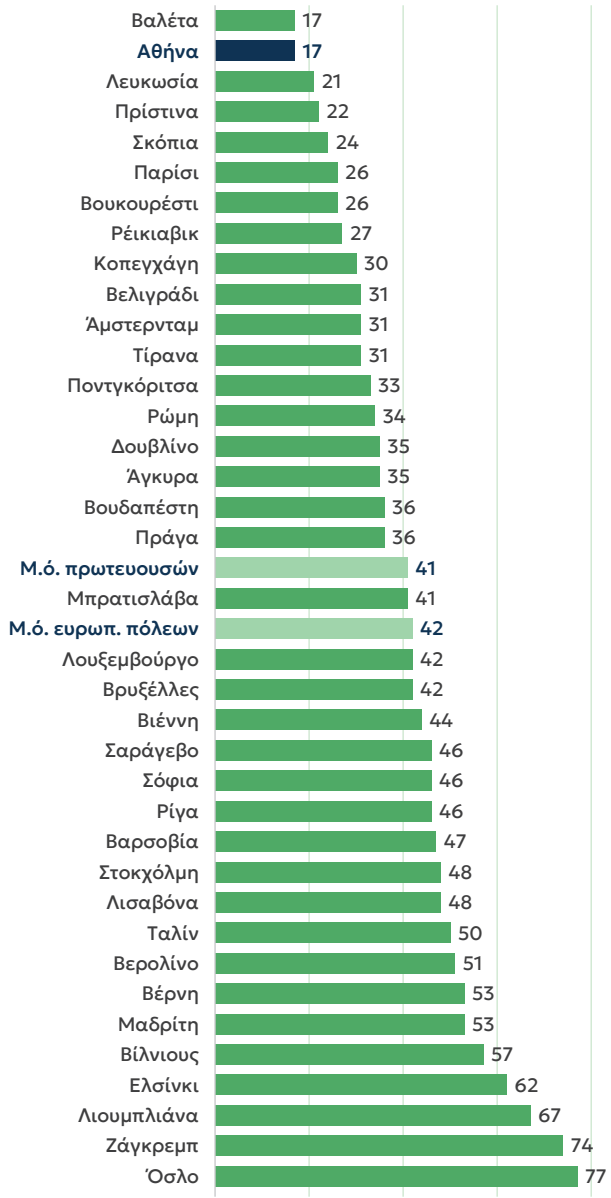
Η έρευνα

Μια νέα μελέτη των LAMDA Labs φιλοδοξεί να χαρτογραφήσει τις στάσεις, τις αντιλήψεις και τις απόψεις των κατοίκων της Αττικής για τα πάρκα. Την εκπόνησε ερευνητική ομάδα υπό τον συντονισμό της Λενιώς Μυριβήλη, Global Chief Heat Officer του Προγράμματος των Ηνωμένων Εθνών για το Περιβάλλον (UNEP) και του Climate Resilience Center του Atlantic Council.

Η έρευνα διεξήχθη στα τέλη του καλοκαιριού του 2025, με ερωτηματολόγια σε 570 κατοίκους της Αττικής, τέσσερα εργαστήρια (workshops) σε συγκεκριμένα πάρκα και έντεκα συνεντεύξεις σε βάθος με ειδικούς, αρχιτέκτονες και εκπροσώπους της τοπικής αυτοδιοίκησης και της κοινωνίας των πολιτών.

Πράσινες υποδομές ως ποσοστό της συνολικής επιφάνειας της πόλης

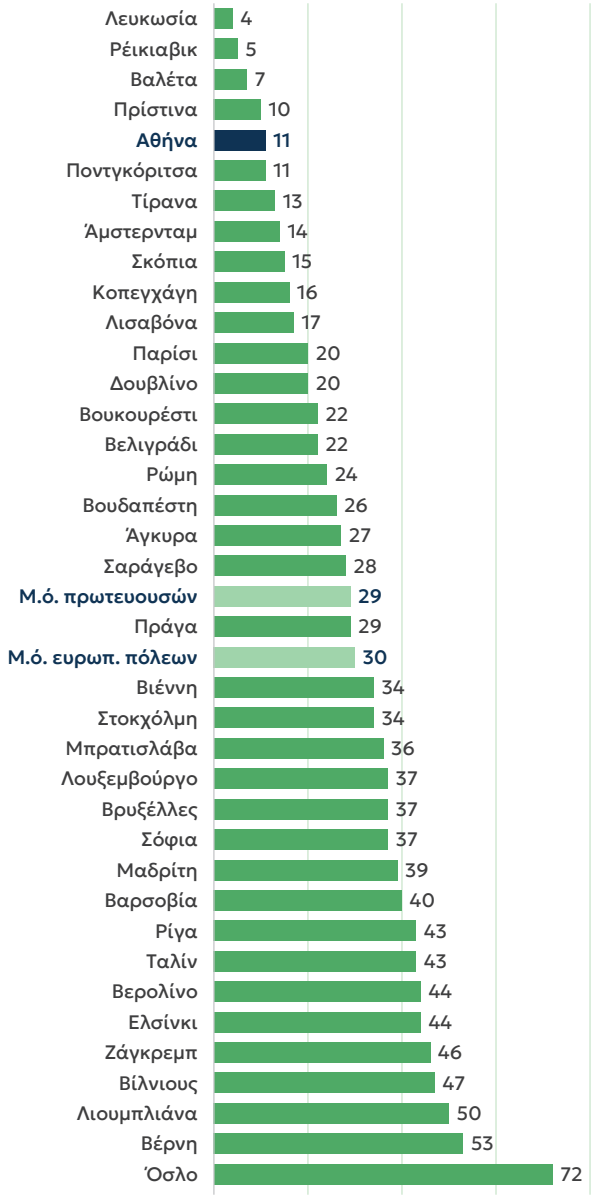
37 ΕΥΡΩΠΑΪΚΕΣ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΕΣ · %



Σχήμα 1 / Πηγή: Ευρωπαϊκός Οργανισμός Περιβάλλοντος (ΕΕΑ), 2022 · στοιχεία 2018

Αστική δενδροκάλυψη ως ποσοστό της συνολικής επιφάνειας της πόλης

37 ΕΥΡΩΠΑΪΚΕΣ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΕΣ · %



Σχήμα 2 / Πηγή: Ευρωπαϊκός Οργανισμός Περιβάλλοντος (ΕΕΑ), 2022 · στοιχεία 2018

Τι σημαίνει «πάρκο»

Η πρώτη ερώτηση της ποσοτικής έρευνας ήταν: «Ποιο είναι το πρώτο πράγμα που σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε τη λέξη πάρκο;». Η ερώτηση ήταν ανοιχτού τύπου: οι συμμετέχοντες έγραφαν ελεύθερα ό,τι τους ερχόταν στο μυαλό. Όταν η ερευνητική ομάδα ομαδοποίησε τις απαντήσεις, διαπίστωσε ότι μόλις το 4% είχε γράψει κάτι αρνητικό, έννοιες όπως «ανύπαρκτα», «έλλειψη», «ακαθαρσίες», «σκουπίδια» ή «ναρκομανείς» (Σχήμα 3). Οι υπόλοιποι απάντησαν με θετικούς ή ουδέτερους όρους και, πρώτα απ' όλα, φυσικά, με λέξεις που έχουν να κάνουν με το «πράσινο»: «φύση», «δέντρα», «οξυγόνο». Τέτοιες λέξεις χρησιμοποίησαν σχεδόν 6 στους 10 συμμετέχοντες.

ΑΠΟ ΤΙΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

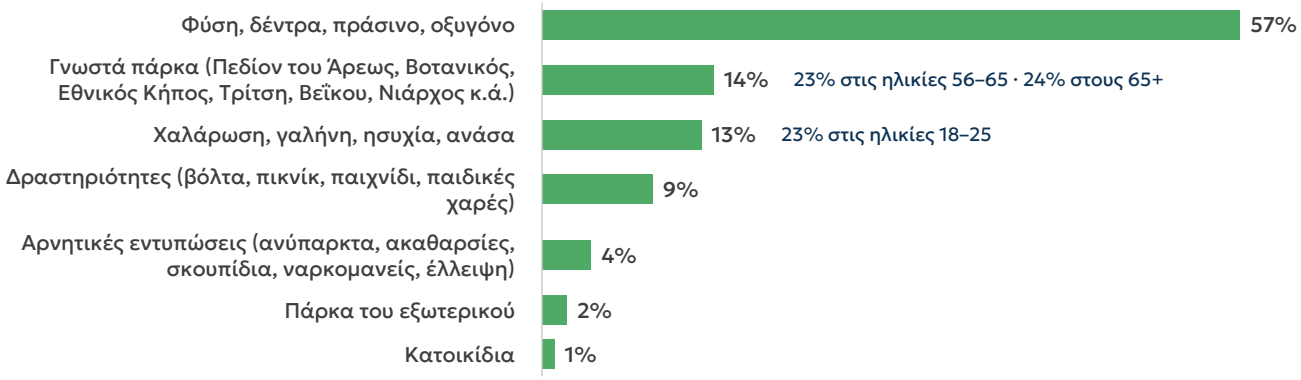
«Είναι πολύ σημαντικό και πρέπει να υπάρξει μεγαλύτερη πίεση στο να φτιάχνονται και να συντηρούνται τα πάρκα, γιατί έτσι ενισχύεις το πράσινο και δίνεις στους πολίτες, ας πούμε, χώρους όπου θα μπορούν να πάρουν μία ανάσα, καθώς οι συνθήκες της ζωής μας έχουν χειροτερέψει δραματικά. Κυρίως λόγω της ζέστης που τραβάμε το καλοκαίρι, της κλιματικής αλλαγής, της υπερδόμησης. Και φυσικά οι χώροι πρασίνου μπορούν να βοηθήσουν σε αυτό.»

«Να μπορείς να είσαι κάπου και να νιώθεις την αίσθηση της δροσιάς και να ενεργοποιεί όλα τα θετικά συναισθήματα που προκαλεί το να είσαι κοντά στη φύση.»

«Να λειτουργεί ως φυσικός φράχτης στα αυτοκίνητα και στους δρόμους, να παρέχει ηχομόνωση από τον θόρυβο της πόλης, να μπαίνεις μέσα και να χάνεις την επαφή με τον χρόνο.»

Ποιο είναι το πρώτο πράγμα που σας έρχεται στο μυαλό όταν ακούτε τη λέξη «πάρκο»;

ΑΝΟΙΧΤΗ ΕΡΩΤΗΣΗ · ΟΜΑΔΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ



Σχήμα 3 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Πόσο συχνά, πόση ώρα, πώς

Εξίσου σημαντικό εύρημα είναι ότι σχεδόν 9 στους 10 ερωτηθέντες πηγαίνουν σε πάρκα. Μόνο το 12% δηλώνει ότι δεν πηγαίνει, και από τους 570 ερωτηθέντες μόνο 5 δήλωσαν ότι δεν έχουν πάει ποτέ σε πάρκο (Σχήμα 4). Όσοι δεν πηγαίνουν επικαλούνται κυρίως την έλλειψη χρόνου (40%) και την απόσταση (34%).

Ποιο θεωρούν, όμως, «ιδανικό» πάρκο; Από μια λίστα πάρκων της Αττικής, με έως δύο επιλογές, 4 στους 10 επέλεξαν τον Εθνικό Κήπο, με ποσοστό περίπου διπλάσιο από το Πάρκο Τρίτση και το Πεδίον του Άρεως, που ακολουθούν (Σχήμα 5).

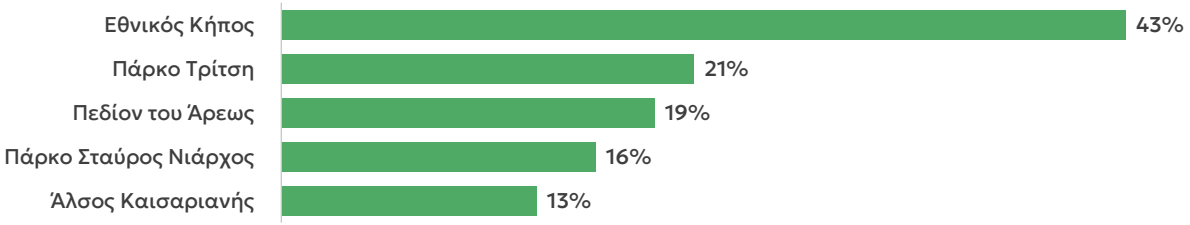
Επισκέπτεστε αστικά πάρκα στην Αθήνα;



Σχήμα 4 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Ποιο από τα παρακάτω πλησιάζει περισσότερο στην ιδανική εκδοχή του πάρκου;

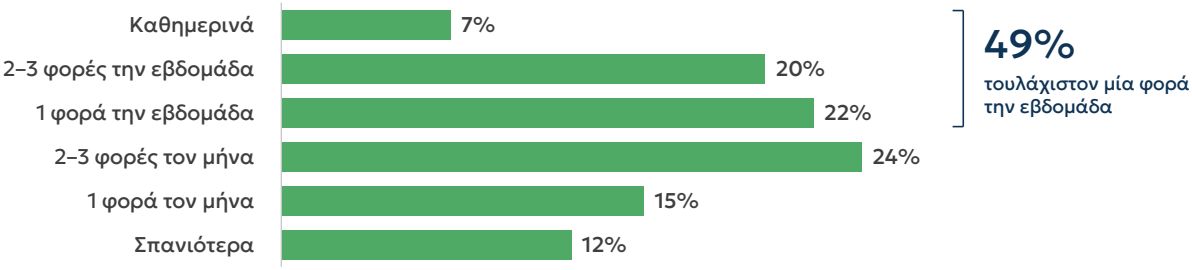
ΕΩΣ 2 ΕΠΙΛΟΓΕΣ · ΤΟ ΑΘΡΟΙΣΜΑ ΞΕΠΕΡΝΑ ΤΟ 100% · ΟΙ 5 ΣΥΧΝΟΤΕΡΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ



Σχήμα 5 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Περίπου οι μισοί επισκέπτες πάρκων (49%) πηγαίνουν σε κάποιο αστικό πάρκο τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα (Σχήμα 6). Και δεν είναι περαστικοί: 7 στους 10 επισκέπτες μένουν στο πάρκο περισσότερο από μία ώρα και σχεδόν 3 στους 10 πάνω από δύο ώρες. Λιγότερο από μισή ώρα μένει μόλις το 3% (Σχήμα 7).

Πόσο συχνά επισκέπτεστε αστικά πάρκα στην Αθήνα;



Σχήμα 6 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Πόση ώρα περίπου ξοδεύετε συνήθως σε μια επίσκεψή σας σε πάρκο;



Σχήμα 7 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Περίπου 4 στους 10 φτάνουν στο πάρκο με τα πόδια, άλλοι τόσοι με αυτοκίνητο και 2 στους 10 με μέσα μαζικής μεταφοράς (Σχήμα 8). Οι περισσότεροι, πάντως, προτιμούν ένα πάρκο κοντά τους: 8 στους 10 χρειάζονται μισή ώρα ή λιγότερο για να φτάσουν εκεί (Σχήμα 9).

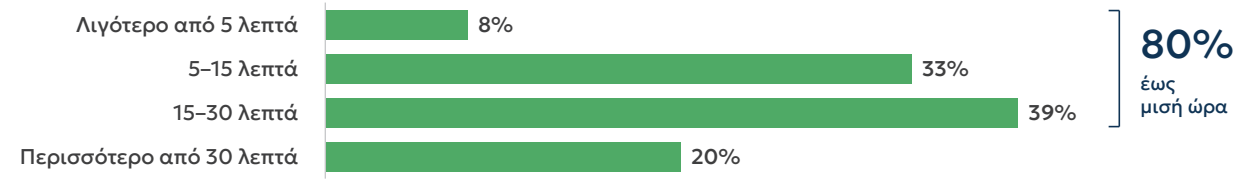
Με ποιο μέσο επισκέπτεστε συνήθως το πάρκο που επισκέπτεστε συχνότερα;



Σχήμα 8 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Πόση ώρα περίπου σας παίρνει για να πάτε στο πάρκο που επισκέπτεστε συχνότερα;

ΜΟΝΟ Η ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΠΡΟΣ ΤΟ ΠΑΡΚΟ



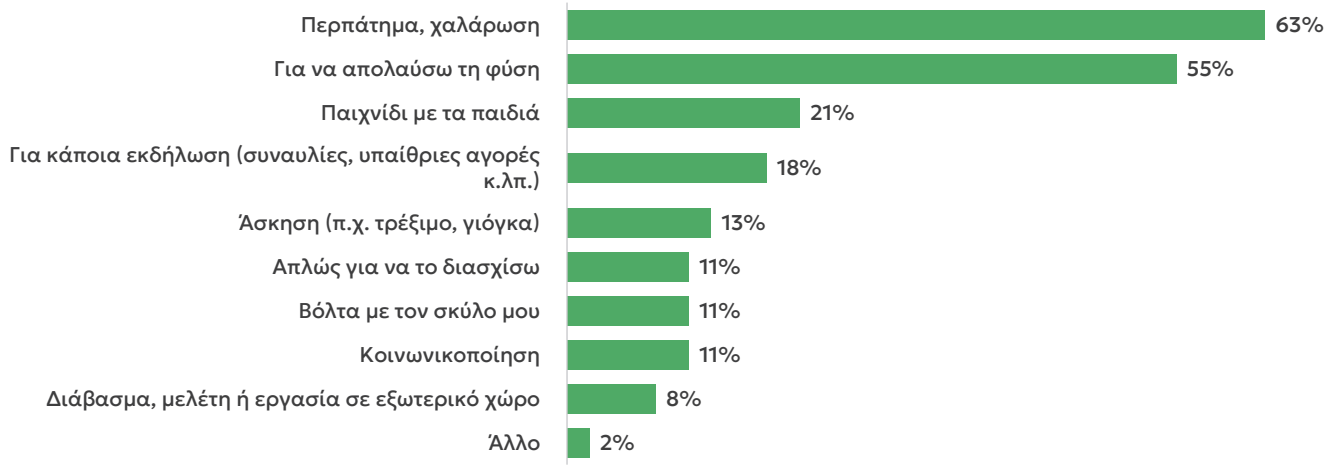
Σχήμα 9 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Γιατί πηγαίνουν, τι θα ήθελαν

Η ερευνητική ομάδα ρώτησε επίσης τους επισκέπτες για ποιον λόγο πηγαίνουν συνήθως στα πάρκα, με έως τρεις επιλογές από μια λίστα (Σχήμα 10). Τα δύο συχνότερα κίνητρα επιβεβαιώνουν την εικόνα του πάρκου ως χώρου αποφόρτισης: το 63% ανέφερε το περπάτημα και τη χαλάρωση και το 55% την «απόλαυση της φύσης». Ακολουθεί το παιχνίδι με τα παιδιά (21%), ενώ η άσκηση, η κοινωνικοποίηση και το διάβασμα ή η εργασία συγκεντρώνουν από 8% έως 13%.

Για ποιον λόγο επισκέπτεστε συνήθως τα πάρκα που επισκέπτεστε συχνότερα;

ΕΩΣ 3 ΕΠΙΛΟΓΕΣ · ΤΟ ΑΘΡΟΙΣΜΑ ΞΕΠΕΡΝΑ ΤΟ 100%



Σχήμα 10 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

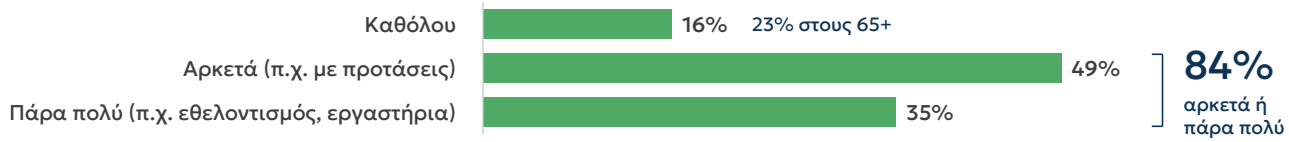
Τα άμεσα οφέλη που αντιλαμβάνονται οι κάτοικοι εξηγούν ίσως και δύο ακόμη εντυπωσιακά ευρήματα. Το 82% θα συμφωνούσε να μειωθούν θέσεις στάθμευσης και λωρίδες κυκλοφορίας για να αυξηθούν οι χώροι πρασίνου (Σχήμα 11). Και υπάρχει μεγάλο ενδιαφέρον για συμμετοχή: το 84% θα ήθελε να εμπλακεί «αρκετά» ή «πάρα πολύ» στον σχεδιασμό και τη φροντίδα του πάρκου της γειτονιάς του (Σχήμα 12).

Θα ήσασταν σύμφωνοι αν θα έπρεπε για να αυξηθούν οι χώροι πάρκων στην πόλη να μειωθούν οι θέσεις στάθμευσης και οι λωρίδες κυκλοφορίας των αυτοκινήτων;



Σχήμα 11 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Πόσο θα θέλατε να εμπλακείτε στον σχεδιασμό και τη φροντίδα του τοπικού σας πάρκου;

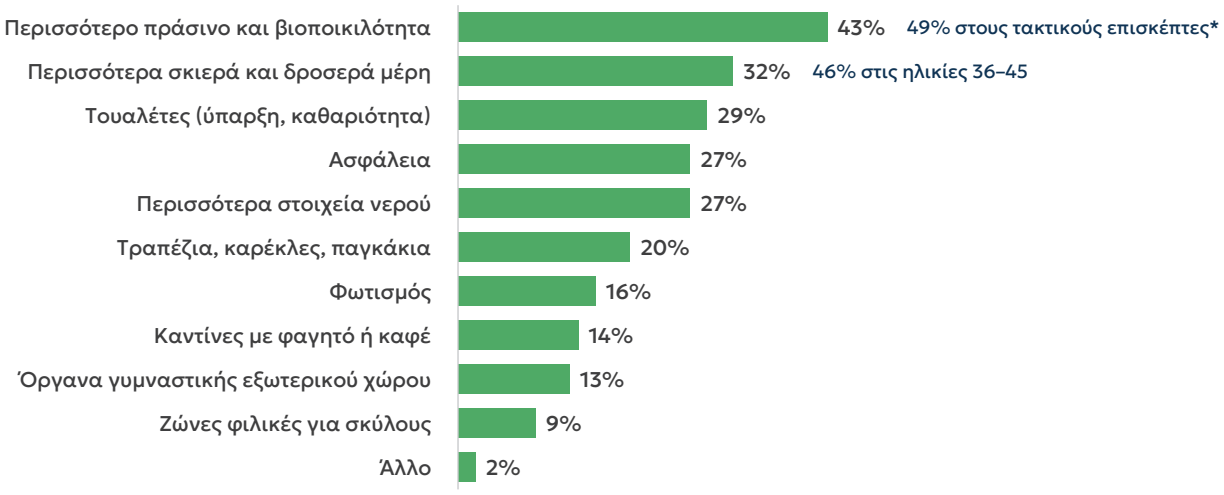


Σχήμα 12 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

Στο τι θα τους έκανε να επισκέπτονται συχνότερα ένα πάρκο, οι ερωτηθέντες επιστρέφουν στο κυρίαρχο ζητούμενο: το πράσινο. «Περισσότερο πράσινο και βιοποικιλότητα» επέλεξε το 43% και «περισσότερα σκιερά και δροσερά μέρη» το 32% (Σχήμα 13).

Τι είδους δραστηριότητες ή εγκαταστάσεις θα σας έκαναν να επισκέπτεστε πιο συχνά κάποιο πάρκο;

ΕΩΣ 3 ΕΠΙΛΟΓΕΣ · ΤΟ ΑΘΡΟΙΣΜΑ ΞΕΠΕΡΝΑ ΤΟ 100%



*Όσοι επισκέπτονται πάρκο τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα.

Σχήμα 13 / Πηγή: LAMDA Labs (2026)

ΑΠΟ ΤΙΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

«Δεν έχουμε αυλές στα σπίτια μας και νιώθουμε την ανάγκη να έχουμε ένα χώρο να βγούμε, να περπατήσουμε, να παίξουμε με τα παιδιά μας.»

«Είναι ωραίο να μπορείς να νιώσεις ότι μπορείς να έχεις πρόσβαση σε ένα μέρος, το οποίο, επειδή δείχνει αφρόντιστο ή επειδή δείχνει πιο ζουγκλοειδές, έρχεται πιο κοντά στο συναίσθημα που νιώθεις όταν προσεγγίζεις τη φύση.»

«Το πάρκο σημαίνει φύση, σημαίνει επαφή με τη φύση [...] σημαίνει ξεγυμνωμένο από οτιδήποτε, να είναι μία όαση ουσιαστικά, όπου δεν υπάρχει καμία δραστηριότητα, είναι απλά οι διάδρομοι και τα δέντρα. Νομίζω ότι αυτό είναι το πιο ευεργετικό.»

***

Από τις συνεντεύξεις, αλλά και από τα αποτελέσματα της ποσοτικής έρευνας των LAMDA Labs, προκύπτει ότι για να είναι ένα πάρκο πραγματικά επιτυχημένο δεν αρκεί να κατασκευαστεί ή απλώς να υπάρχει: πρέπει και να χρησιμοποιείται. Και για να χρησιμοποιείται, πρέπει να ανταποκρίνεται σε αυτό που πραγματικά αναζητούν οι κάτοικοι. Μελέτες όπως αυτή κάνουν ακριβώς αυτή τη δουλειά: μεταφράζουν την εμπειρία των κατοίκων σε δεδομένα, τα οποία ελπίζουμε ότι θα τροφοδοτήσουν καλύτερες αποφάσεις για το πώς σχεδιάζουμε και λειτουργούμε τους χώρους πρασίνου της πόλης.


LAMDA
DEVELOPMENT
LABS