



GEZOND IN ...

STIMULERINGSPROGRAMMA GIDS
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN



FYSIEKE OMGEVING



KENNISDOSSIER



FYSIEKE OMGEVING



Om gezondheidsachterstanden in gemeenten terug te dringen, adviseert Gezond in... een samenhangende aanpak op vijf sporen: participatie, preventie & zorg, gedrag & vaardigheden, fysieke omgeving en sociale omgeving. Er zijn acht succesfactoren bekend die de aanpak op deze sporen effectiever maken. Dit kennisdossier biedt u handvatten en voorbeelden voor de concrete invulling van het spoor Fysieke omgeving. Dit kennisdossier is ook online beschikbaar via gezondin.nu/instrumenten.

De fysieke omgeving omvat veel; gezond, schoon en veilig, uitnodigen tot bewegen, kans bieden op zelfredzaamheid en participatie. De directe leefomgeving kan gezondheid bevorderen, maar ook beperken. Dat geldt voor iedereen, jong en oud en met een hoge en lage sociaaleconomische positie. We gaan dus uit van een brede kijk op de leefomgeving.

Gezondheidsverschillen en sociale ongelijkheid zien we vaak ruimtelijk geconcentreerd: mensen met een lage sociaaleconomische status wonen veelal in stadswijken of dorpsbuurten met een minder goede kwaliteit van woningen,

beheer van de omgeving en de openbare ruimte ten opzichte van de welgestelde wijken. Vaak liggen deze wijken langs drukke doorgaande (snel)wegen en ervaren de inwoners van deze wijken de woonomgeving als verloederd en onveilig.

Ruimtelijke ontwikkeling en inrichting kan daarom een belangrijke bijdrage leveren aan de aanpak van gezondheidsachterstanden. Dit kan via gezondheidsbescherming (wonen, lucht, water, geluid) en via gezondheidsbevordering (zoals het bevorderen van spelen, bewegen en sociale interactie). Ook de aanwezigheid van voorzieningen, scholen en werk hebben een direct verband met ruimtelijke opgaven.



WAT KUNT U ALS GEMEENTE DOEN?

De zorg voor een gezonde leefomgeving heeft steeds vaker prioriteit bij ruimtelijke ontwikkelingen. Dit gaat verder dan zorgen voor een lage geluidsbelasting, vermindering van fijnstof en schoon drinkwater (gezondheidsbescherming). Vanuit Volksgezondheid ligt de focus meer en meer op gezondheidsbevordering en preventie, bijvoorbeeld rond thema's zoals overgewicht of eenzaamheid. De inrichting van de ruimte

kan beweging stimuleren door simpele aanpassingen – een ommetje maken, tuinieren of gebruik voor spel en sport – maar ook kan via het vergunningenbeleid gestuurd worden op het voorzieningenaanbod in een omgeving. De nieuwe Omgevingswet – het verbinden van maatschappelijke opgaven aan opgaven in het ruimtelijk domein – biedt hiervoor goede kansen.



NUDGING

Nudging: een vriendelijk duwtje in de goede richting

Het woord nudge staat voor een vriendelijk duwtje in de goede richting. Nudges richten zich op automatisch keuzegedrag. Het overgrote deel van ons gedrag is namelijk automatisch en niet gepland. Nudges kunnen ook worden gebruikt in de openbare ruimte. Je kunt daarmee mensen verleiden tot gezond gedrag, zoals lopen en fietsen of de trap te nemen in plaats van de roltrap of de lift (voorbeeld: pianotrap). Nudging is vaak een onderdeel van een bredere interventie.

GEZONDHEID & RUIMTE VERBINDEN

Om domeinen te verbinden biedt de cyclus van beleidsontwikkeling een goede kapstok: agenderen, visieontwikkeling, planvorming, uitvoering en evalueren. Het gaat om het samen optrekken van gemeentelijke domeinen, en ook om het verbinden met inwoners en andere stakeholders.

Agenderen

Om met ruimtelijke ontwikkelingen in te spelen op gezondheid en gezondheidsachterstanden is het nodig dit thema op de agenda te plaatsen: binnen de eigen gemeentelijke organisatie, bij samenwerkingspartners en op meerdere niveaus (bestuurlijk, management en operationeel).

Wat is het vraagstuk of de opgave? Wat is de definitie en afbakening? Wat zeggen de feiten en cijfers? Is het mogelijk te komen tot een gedeelde ambitie, waar visie en beleid op te ontwikkelen zijn? Bij de fase van agenderen gaat het vooral om het duidelijk maken van de urgentie van gezondheid en gezondheidsverschillen en de betekenis daarvan voor de stad of het dorp en haar inwoners.

Tips:

- Maak het thema belangrijk, zowel intern als in de samenleving. Sluit daarbij aan bij wat er speelt. Kijk ook welke partijen/mensen kunnen helpen om gezondheid/gezondheidsachterstanden en ruimte onder de aandacht te brengen.
- Gebruik bestaande data om gezondheidsachterstanden te agenderen en om acties te onderbouwen.
- Zoek de dialoog, in plaats van te vertellen wat u denkt dat nodig is en hoe het moet. Verken de *What's in it for them?*

Handige links:

- [Inspiratie- en werkboek Gezondheid en Ruimte](#). Bekijk onder andere de praktijkvoorbeelden 'Bouwen aan gezond stedelijk leven voor iedereen' (Utrecht) en 'Healthy ageing, Next City en een Man made Blue Zone' (Groningen)
- Gids [Gezonde Leefomgeving.nl](#)

Visieontwikkeling

In de fase van visieontwikkeling werkt u samen met meerdere collega's, diverse partijen en inwoners aan een gezamenlijke visie op ruimte en gezondheid. Hierin krijgen gezondheidsachterstanden expliciet aandacht. De visie gaat uit van de opgaven die er liggen en de gedeelde urgentie. Sluit aan bij de identiteit van de stad of het dorp ('Vitale stad', 'Inclusief', etc.). Gebruik hiervoor kwantitatieve- en kwalitatieve gegevens. Maak de visie concreet met een doel, termijn, rollen van de verschillende partijen en een eerste doorkijk naar een programma en concrete projecten. Om een gezamenlijke visie te maken is het begrijpen van elkaars kennis en werkwijzen essentieel. Het is niet de bedoeling om de expertise van het andere domein over te nemen, maar wel om scherp te weten waar de meerwaarde voor de ander in zit en hoe deze te creëren is.

Tips:

- Besteed aandacht aan het leren kennen van - en de afstemming tussen de domeinen: regel hiervoor ook voldoende geld en mankracht. Organiseer hiervoor bijvoorbeeld dubbelgesprekken tussen bestuurders met de vraag: wat kun jij vanuit jouw portefeuille ruimte of welzijn bijdragen?
- Houd de visie levend en op de agenda.
- Ga in gesprek met inwoners in de wijk of dorp/kern.

Handige links:

- [Platform Gezond ontwerp](#): de tien typologieën van de gezonde stad, als integrerend begrip voor meerdere maatschappelijke opgaven, gericht op de mens als gebruiker van de stad.
- [Inspiratie- en werkboek Gezondheid en Ruimte](#)
- Gids [Gezonde leefomgeving.nl](#)

Planvorming

In de planvormingsfase komen het idee voor een ruimtelijke ontwikkeling of plan aan de orde, het uitwerken en opstellen van het plan zelf, het afwegen van belangen en het aanvragen van de vergunning. Bij de start van de planvormingsfase worden belangrijke keuzes gemaakt: projectdoelstellingen, mogelijkheden, alternatieven, wettelijke kaders en andere randvoorwaarden. Zorg dat in het plan gezondheid of gezondheidsachterstanden worden benoemd. Gezondheid, en ook sport en bewegen kunnen als afwegingen worden opgenomen.

Tips:

- Zorg voor tijdige participatie van inwoners en stakeholders.
- Verken meerdere opties en werk met scenario's.
- Stel gezamenlijk prioriteiten en doelen op.
- Neem ontwikkeling en beheer in een vroeg stadium mee.

Handige links:

- [Inspiratie- en werkboek Gezondheid en Ruimte](#)
- [De beweegvriendelijke stad](#) met een overzicht van de interventies die denkbaar zijn om bewoners te stimuleren meer te bewegen, Ad de Bont, Amsterdam, 2017.
- Gids [Gezonde Leefomgeving.nl](#)

Uitvoering

Verschillende gemeentelijke maatregelen op het gebied van groen in de wijk, inrichten van fiets- en wandelpaden, het binnenmilieu van woningen, veiligheid, geluid van verkeer, luchtverontreiniging, sociale cohesie en sociale steun dragen bij aan het verminderen van gezondheidsachterstanden.

Enkele aanknopingspunten voor de uitvoering:

- Age-friendly en toegankelijke publieke ruimte, denk aan rollatorvriendelijke stoepen of het verlagen van de instaphoogte in bussen.
- Burgerinitiatieven in de wijk, denk aan de pluktuinen of moestuinen. Deze plekken leiden tot ontmoeten, uitwisseling en

een prettige bezigheid door handen uit de mouwen te steken.

- Het opnieuw inrichten van een groenstructuur levert vaak meer gebruik op als in de planvorming en uitvoering ook een sociaal programma gekoppeld wordt.
- Preventie van overgewicht, roken en overmatig alcoholgebruik en het bevorderen van sport en bewegen en psychische gezondheid. Denk daarbij aan:
 - Gezond voedingsaanbod bij kinderopvang, scholen en sportkantines.
 - Rook- en alcoholvrije school- en sportomgeving.
 - Beweegvriendelijke woonomgeving en passend beweeg- en sportaanbod in de buurt.
 - Veiligheid en toegankelijkheid (bijv. van sportaccommodaties, schoolzones en parken).
 - Het koppelen van functies als bewegen en ontmoeten (bijv. door picknicktafels en watertappunten bij speeltuinen te plaatsen).
 - Creëer beweeggrondjes of ommetjes voor het blokje om in de buurt.

Handige links:

- [Inspiratie- en werkboek Gezondheid en ruimte](#)
- [De beweegvriendelijke stad](#) met een overzicht van de interventies die denkbaar zijn om bewoners te stimuleren meer te bewegen, Ad de Bont, Amsterdam, 2017.
- Gids [Gezonde Leefomgeving.nl](#) (kijk ook eens bij de instrumenten en voorbeelden uit de praktijk)
- [Wij zijn groen en in beweging Nijmegen](#)

STRATEGIEËN OM TE VERBINDEN

De ervaring leert dat gezondheid en gezondheidsachterstanden op verschillende manieren gekoppeld kunnen worden met en aan ruimte. Er zijn grofweg drie strategieën, die worden ingezet in de praktijk.

Gezondheid centraal

Gezondheid of gezondheidsachterstanden is als thema meegenomen in het collegeakkoord of college brede nota's en plannen. Het gaat dan om de volle breedte van beleidsstukken; van de visie op de stad tot omgevingsplan en het gezond aanbesteden op gebouwniveau. Een voorbeeld is de gemeente Utrecht met het collegeprogramma 'Bouwen aan een gezonde toekomst'.

Eén gezondheidsthema voorop

Een specifiek 'gezondheidsthema' biedt kansen om de aanpak van gezondheidsachterstanden te verbinden met het fysieke domein. Denk bijvoorbeeld aan bewegen, overgewicht of luchtkwaliteit. Daarbinnen kan de relatie tussen inwoners met een lage SES en specifieke gebieden of aanpalende ruimtelijke opgaven worden gelegd. Denk aan het stimuleren van mobiliteit, openbare schoolpleinen of verkeersluwe maatregelen. Wanneer

een samenwerking eenmaal loopt, doen zich vaak meer kansen voor samenwerking op andere thema's voor.

Het 'meekoppelen' van gezondheid

Het aansluiten van gezondheid bij ruimtelijke ambities, zoals een gebiedsopgave, klimaatadaptatie, groenstructuur, mobiliteitsopgave, krimp of vergrijzing, noemen we 'meekoppelen'. Ook gebiedsgerichte plannen zijn mooie aanleidingen om in overleg te treden over een mogelijke koppeling met de aanpak van gezondheidsachterstanden.

PARTICIPATIE VAN INWONERS

Bij de (her)inrichting van de omgeving is het belangrijk om aan te sluiten bij de behoeften en wensen van inwoners. In veel gemeenten zijn al meerdere bewonersinitiatieven. Inwoners kunnen zelf een rol spelen in de directe omgeving, bijvoorbeeld in het beheer en het onderhoud van het buurtgroen en speel- of moestuin. Ga daarom zo vroeg mogelijk met inwoners in gesprek over de ruimtelijke plannen. Besteed extra aandacht aan het bereiken van lage SES groepen en migranten. Pas uw communicatie aan aan het taalniveau en ga met hen in gesprek over hoe zij zouden kunnen participeren en hoe u hen hierbij kunt faciliteren. Ga met mensen in gesprek op plekken waar ze al komen of werk samen met sleutelfiguren (welzijn, vrijwilligers etc.) die dichtbij inwoners staan. Verwachtingsmanagement is cruciaal, maak vooraf helder welke invloed inwoners op de plannen hebben en op welke wijze inbreng wordt en is opgevolgd.

Handige links:

- Gezondin.nu: [Burgers zijn hoofdrolspelers](#)
- De handreiking '[Bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving](#)', geeft een helder 15 stappenplan voor bewonersparticipatie. Daarbij wordt ook verwezen naar tools en voorwaarden voor participatie.

DE LEEFPLEKMETER

De Leefplekmeter kunt u gebruiken om met inwoners in gesprek te gaan over hun leefomgeving ofwel hun leefplek. De Leefplekmeter helpt om een buurt, wijk, dorpskern of ander gebied te beoordelen. De uitkomst laat zien wat er verbeterd moet worden. Aan de hand van 14 thema's worden de positieve en negatieve punten van een leefplek bepaald. Thema's zijn bijvoorbeeld: bewegen, openbaar vervoer, natuur en groen, sociale contacten en veiligheid. U kunt de Leefplekmeter downloaden via www.gezondin.nu/instrumenten.



OMGEVINGSWET / -VISIE

De Omgevingswet is een aanleiding om met het fysieke domein over gezondheid en gezondheidsverschillen in gesprek te gaan. Het meewegen van gezondheid is in de wet expliciet benoemd en de wet streeft naar een veilige en gezonde fysieke leefomgeving. De Omgevingswet geeft aan dat er in elk geval rekening moet worden gehouden met gezondheidsbescherming en biedt gemeenten mogelijkheden voor gezondheidsbevordering. De wet treedt in 2021 in werking en wordt gezien als de volgende grote decentralisatie: op rijksniveau worden 26 wetten vervangen door 1 wet. Veel gemeenten experimenteren al met de Omgevingswet. De Omgevingswet schrijft een aantal instrumenten voor en heeft meerdere verbeterdoelen. Bij beiden speelt gezondheid een rol.

Instrumenten

- Omgevingsvisie: integratie van alle strategische beleidsstukken, zoals structuurvisie, watervisie.
- Omgevingsplan: samenvoeging van alle bestemmingsplannen en verordeningen.
- Omgevingsvergunningen: de vergunning die voor een concreet initiatief moet worden verleend.

Verbeterdoelen

De Omgevingswet stimuleert gemeenten tot meer integrale besluiten en tot meer bestuurlijke afwegingsruimte. Gemeenten mogen daarbij meer verschillen maken en meer inspelen op de opgaven in de gebieden waar het om gaat. Hierin kunnen ook gezondheidsachterstanden een belangrijke rol spelen. Het is van belang vroegtijdig de samenwerking vorm te geven, zodat gezondheid op een goede manier kan landen in de instrumenten van de Omgevingswet. Geef inzicht in de opgaven die er zijn in de gemeente, stad, dorp of wijk.

Handige links:

- [Inspiratie- en werkboek Gezondheid en Ruimte](#) (kijk bijvoorbeeld bij de werkvormen)
- [Kennisdossier Omgevingswet Platform31](#)
- [Loketgezondleven.nl](#) dossier gezonde leefomgeving

SAMENWERKING IS CRUCIAAL

Een gezonde omgeving komt niet zomaar tot stand, maar vraagt een goede en intensieve samenwerking. De fysieke omgeving kent veel soorten professionals die verschillende bijdragen leveren. Binnen de gemeente zijn dat onder andere ruimtelijke ordening, verkeer en infrastructuur, wonen, sportaccommodaties, publieke gezondheid, sociaal domein, veiligheid en openbare orde en natuur en milieu. Ketenpartners zijn waterschappen, veiligheidsregio's, omgevingsdiensten en de GGD. Buiten de gemeente zijn dat de woningcorporaties, projectontwikkelaars, (landschaps)architecten en stedenbouwkundigen, (sport-) verenigingen, wijkraden en kennisinstellingen als hogescholen en universiteiten. Samenwerking is niet het doel, maar het gaat om samenwerking die meerwaarde biedt waardoor het behalen van gezamenlijke doelen mogelijk wordt. Neem de tijd om elkaar te leren kennen.

Tips:

- Lees elkaars beleidsnota's, ken elkaars opgaven en zoek waar cycli aansluiten. Ga hierover met elkaar in gesprek.
- Respecteer elkaars professionele kennis en zoek naar een gezamenlijke visie, programma en agenda en concrete projecten. Een open houding is hierbij belangrijk.
- Gebruik elkaars sterke punten; het ruimtelijk domein is vaak creatief, heeft kennis van de omgeving, kijkt naar de lange termijn, maak koppeling met andere belangen als duurzaamheid, energieopgave en klimaatadaptatie en werk met kaarten en visuele tools. Het gezondheidsdomein beschikt over veel data, een groot netwerk, is in dialoog met inwoners, heeft kennis over randvoorwaarden voor een preventieve gezondheidsaanpak en 'nudging' (verleiden tot gezond gedrag).
- Loop samen (ook als kennismaking) door een gebied en bespreek wat opvalt. Ga in gesprek met inwoners, of maak samen kaarten van de gebieden en vul die met beschikbare informatie over gezondheid en omgeving. Gebruik hiervoor bijv. de gebiedsindicatoren gezondheidsverschillen op www.waarstaatjegemeente.nl. Deel die met relevante partijen, inclusief inwoners.



ENKELE VOORBEEDEN

MOESTUINEN EN GENERATIETUINEN

De fysieke omgeving heeft effect op gezondheid, maar ook op de leefbaarheid van de buurt, ontmoeting en participatie. Denk hierbij bijvoorbeeld aan meer groen in de buurt. In verschillende gemeenten zijn er bijvoorbeeld buurtmoestuinen (stadslandbouw). Door in deze moestuinen te werken, bewegen mensen meer en eten ze meer zelfgekte groenten en fruit. Er zijn ook aanwijzingen dat stress afneemt en (meer) sociale contacten in de buurt ontstaan. Ook zijn er op meerdere plekken generatietuinen voor jong én oud.

Meer info:

<https://www.gezondin.nu/thema/fysieke-omgeving/praktijkvoorbeelden/230-moestuinen-en-generatietuinen>

BEWEEGTUIN HELLENDOORN

Bij de ontwikkeling van een park in een aandachtswijk in Nijverdal wilde de gemeente Hellemond inwoners de kans geven om mee te denken. Daar kwam een hele reeks aan ideeën uit voort. Eén van die ideeën was het realiseren van een beweegtuin met fitnessstoestellen. Dit idee kon met GIDS-middelen gerealiseerd worden. In 2016 is de beweegtuin geplaatst. In deze beweegtuin wordt wekelijks begeleiding gegeven. De dagbesteding voor ouderen is hierbij betrokken en zorgt voor vervoer naar de beweegtuin. Voor en na het beweegtuurtje is er ruimte om elkaar te ontmoeten en een kopje koffie te drinken in het naastgelegen wijkgebouw.

Meer info:

<https://www.gezondin.nu/thema/fysieke-omgeving/praktijkvoorbeelden/262-beweegtuin-brengt-mensen-bij-elkaar-in-de-gemeente-hellendoorn>

BEWEEGRONDJES IN AMERSFOORT

GIDS-gemeente Amersfoort zet in het kader van de Gezonde Wijk (onderdeel van de aanpak van gezondheidsachterstanden) ook in op het spoor Fysieke omgeving. Onder andere door het uitzetten van een beweeggrondje in de wijk. Daarmee is aangesloten bij een bestaand initiatief vanuit de gemeente en Stichting Marathon Amersfoort. Verspreid over de stad zijn meerdere beweeggrondjes, variërend van 2 tot 9 kilometer. Zo draagt het beweeggrondje in de wijk Leusderkwartier bij aan één van de speerpunten van deze wijk: 'Bewegen stimuleren. Belangrijke voorwaarden voor de rondjes zijn aansluiten bij de wensen/behoefte van inwoners en het bereiken van kwetsbare groepen. Daarom werd het rondje samen met inwoners uit de wijk samengesteld.

Meer info:

<https://www.gezondin.nu/thema/fysieke-omgeving/praktijkvoorbeelden/291-beweeggrondjes-amersfoort>

MAN MADE BLUE ZONE SELWERD IN GRONINGEN

De wijk Selwerd wordt de proeftuin in Groningen om de G6-principes¹ in kleinschalige projecten op effectiviteit te toetsen en om deze richtlijnen mee te nemen in de projectplanning. De gemeente doet dit samen met alle relevante partners en de inwoners in de wijk. Uitgangspunten zijn meer ruimte voor de wandelaar en de fiets, een veiliger leefomgeving en een veiliger verkeerssituatie, groen in de buurt en gezonde voeding. Lees meer hierover in Inspiratie- en werkboek Gezondheid en Ruimte.

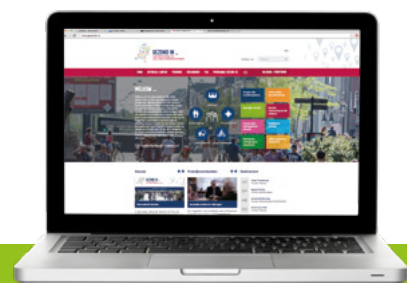
¹ G6 principes: de zes aandachtsgebieden voor een gezonde sociale en fysieke leefomgeving: Actief Burgerschap, Bereikbaar Groen, Actief Ontspannen, Gezond Verplaatsen, Gezond Bouwen en Gezonde Voeding.

BUURTPARK IN BREDA

In het kader van wijkontwikkeling in de wijk Geeren-Zuid in Breda kwam er geld beschikbaar om een groot buurtpark aan te leggen in deze aandachtswijk. Dit buurtpark moest een plek worden waar kinderen kunnen spelen en mensen elkaar kunnen ontmoeten en kunnen genieten van de natuur. De ontwikkeling van het park is samen met wijkbewoners gedaan. Er werden speciale avonden georganiseerd om samen met inwoners het park te ontwerpen. Ook basisschoolkinderen uit de wijk mochten meedenken. Alle ideeën zijn uitgewerkt tot drie ontwerpen. Inwoners konden vervolgens stemmen op één van deze drie ontwerpen.

Meer info:

<https://www.gezondin.nu/thema/fysieke-omgeving/praktijkvoorbeelden/262-beweegtuin-brengt-mensen-bij-elkaar-in-de-gemeente-hellendoorn>



Heeft uw gemeente zelf goede voorbeelden? Deel ze via www.gezondin.nu.