

Inspiratie- en werkboek ondersteunende slides werkvormen



HET NIEUWE INSPIRATIE- EN WERKBOEK

SAMEN WERKEN AAN HET VERKLEINEN VAN GEZONDHEIDSVERSCHILLEN IN DE LEEFOMGEVING

 **Pharos**
Samen voor gódtje
kansen op gezondheid



 **PLATFORM31**
kennis en netwerk voor stad en regio

 **PLATFORM31**
kennis en netwerk voor stad en regio

 **Pharos**

 **GEZOND IN ...**

Werkvorm 1

Kennismakingsronde
(positieve) gezondheid
en
gezondheidsverschillen

Wat is gezondheid voor jou?



Reacties



**LICHAAMS-
FUNCTIES**

- ✓
- ✓
- ✓



**MENTAAL
WELBEVINDEN**

- ✓
- ✓
- ✓



ZINGEVING

- ✓
- ✓
- ✓



**KWALITEIT VAN
LEVEN**

- ✓
- ✓
- ✓



**SOCIAAL
PATICIPEREN**

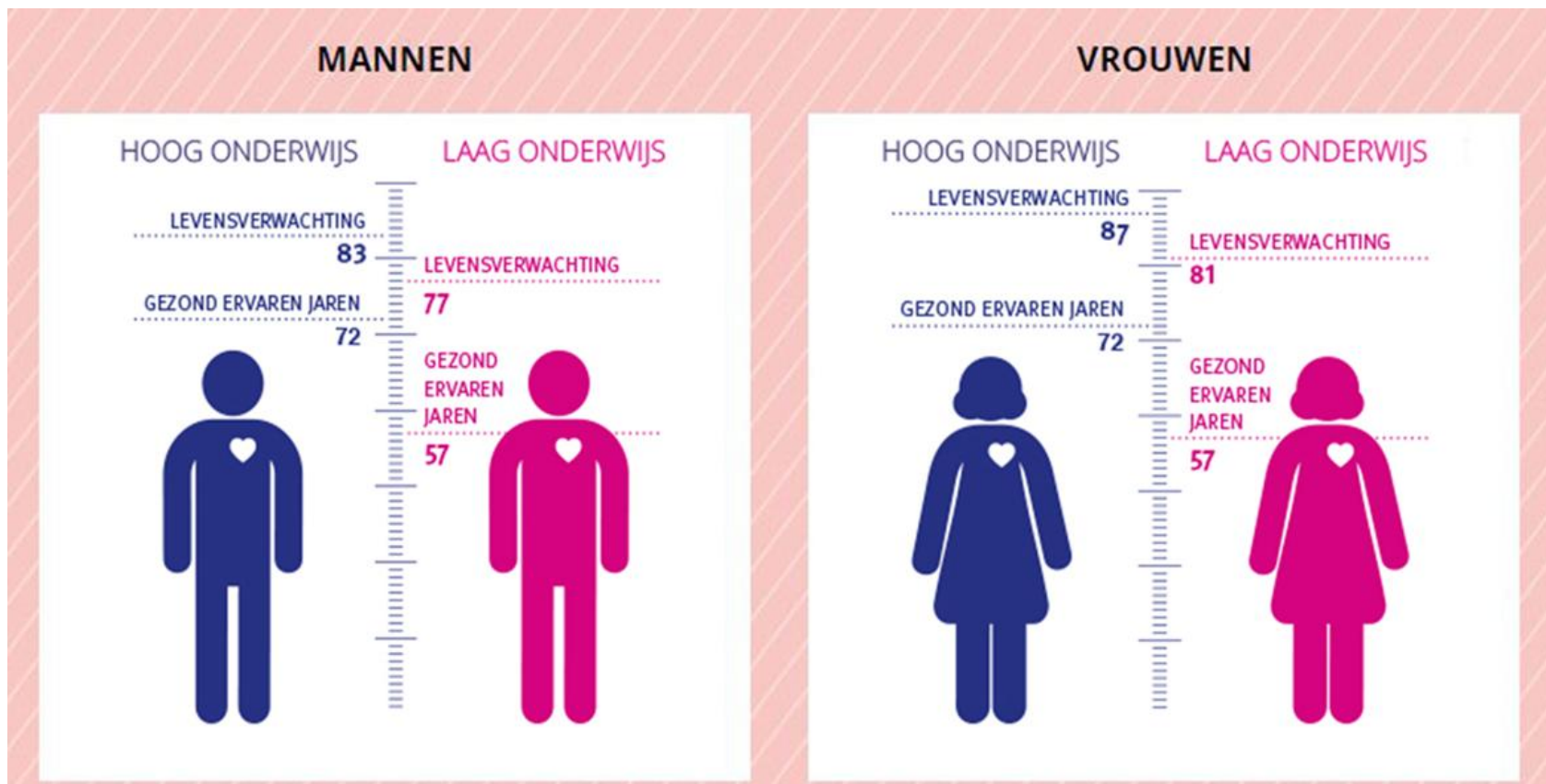
- ✓
- ✓
- ✓



**DAGELIJKS
FUNCTIONEREN**

- ✓
- ✓
- ✓

Sociaaleconomische gezondheidsverschillen



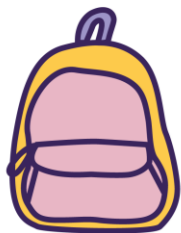
Opleiding en inkomen

Levensverwachting



Inkomen¹

Mensen met de **laagste inkomens** (de onderste 20%) **leven ± 7,7 jaar korter** dan mensen met de **hoogste inkomens** (de bovenste 20%)



Opleiding²

Mensen met **basisonderwijs, vmbo of mbo 1** **leven ± 5,2 jaar korter** dan mensen met **een hbo- of wo-opleiding**

Goed ervaren gezondheid

Mensen met een **laag inkomen¹** **leven ± 21,4 jaar minder lang in goed ervaren gezondheid** dan mensen met een **hoog inkomen**



Referenties: 1. CBS Statline, 'Gezonde levensverwachting; inkomen en welvaart', Centraal Bureau voor de Statistiek: Den Haag/Heerlen/Bonaire/Utrecht. Geraadpleegd: 22 oktober 2025. [Online]. Beschikbaar op: <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/85445NED/table?ts=1731331961622>

2. CBS Statline, 'Gezonde levensverwachting; geslacht, leeftijd en onderwijsniveau', Centraal Bureau voor de Statistiek. Geraadpleegd: 24 oktober 2025. [Online]. Beschikbaar op: <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/84842NED/table?ts=1726665999574>

Werkvorm 2

Brengen en halen

Aanbod sociaal domein

- ✓
- ✓
- ✓

Aanbod fysiek domein

- ✓
- ✓
- ✓

vraag sociaal domein
aan fysiek domein

- ✓
- ✓
- ✓

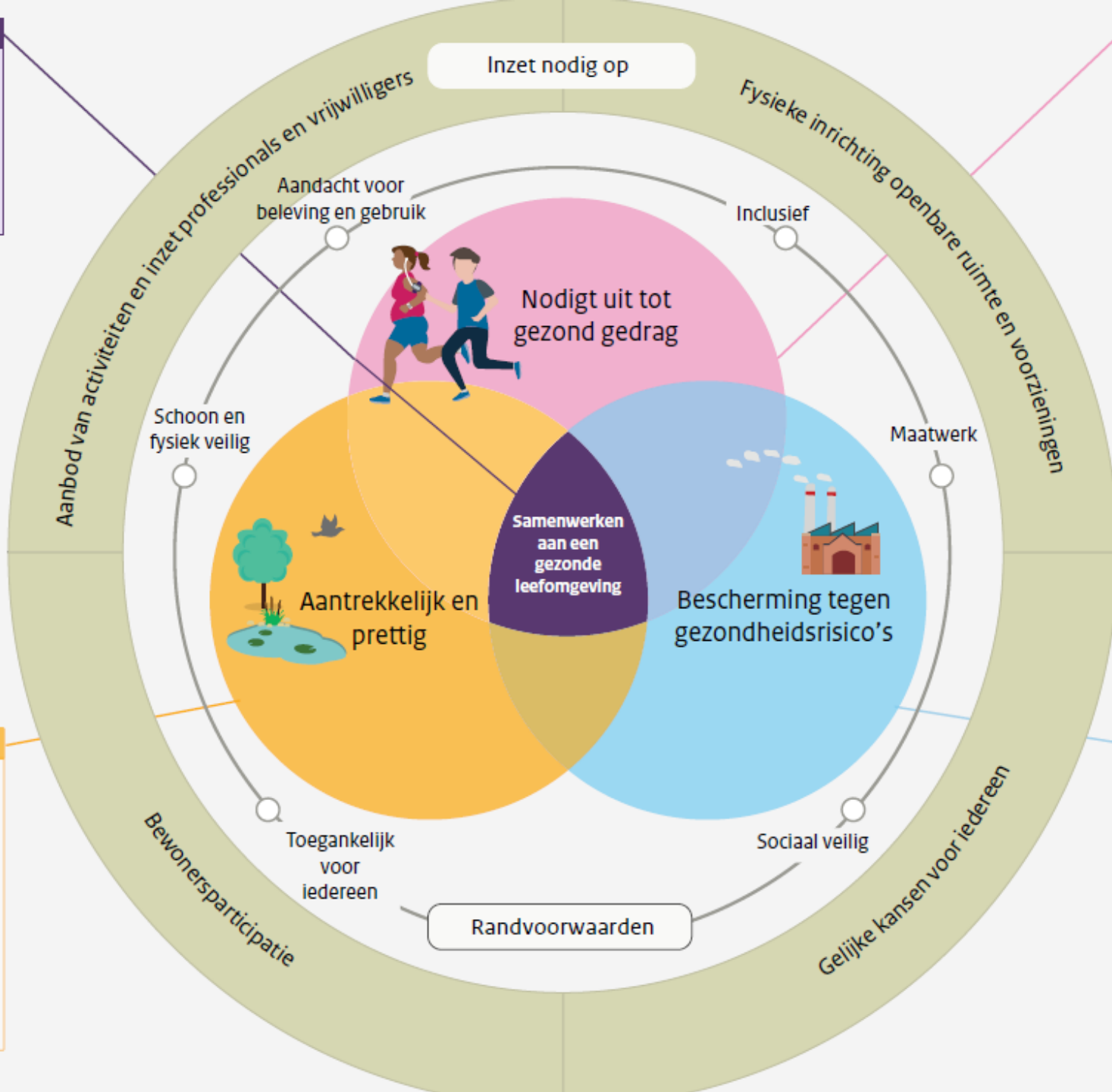
vraag fysiek domein
aan sociaal domein

- ✓
- ✓
- ✓

Werkvorm 3

Omgeving en
chronische stress

- Focus**
- Bijvoorbeeld
 - Groen en gezondheid
 - Gezonde mobiliteit
 - Klimaat en gezondheid
 - Kwetsbare wijken en regio's



- Bewegvriendelijke omgeving (bewegen, sporten, spelen)
- Sociaal gezonde omgeving (meedoen, ontmoeten)
- Mentaal gezonde omgeving (groen, stilte)
- Gezonde voedselomgeving
- Rookvrije omgeving

- Groen in de buurt (bewegen, ontmoeten, biodiversiteit, hittestress, wateroverlast)
- Aanwezigheid van voorzieningen (buurthuis, scholen, zorg)
- Sociale cohesie (verbonden voelen met buurtbewoners en wijk/dorp, stad)
- Diversiteit en menging van wonen, werken en voorzieningen
- Leefbaarheid

- Schone en gezonde lucht, bodem en water
- Afwezigheid geluidsoverlast, straling en trillingen
- Fysiek veilig (verkeer, stoffen, voedsel)
- Bescherming tegen infectieziekten uit bodem, water en lucht en zoonose
- Reductie van hittestress en wateroverlast

Gezonde Leefomgeving en Stress

- Beschermen
 - Geluidsoverlast (wegen, buren, bedrijven)
 - Onveilige omgeving (sociaal, verkeer)
 - Binnenmilieu woning (tocht, schimmel, energierekening)
- Bevorderen
 - Aanwezigheid groen
 - Versterken sociale cohesie
 - Mogelijkheden bewegen, sporten, spelen
- Faciliteren
 - Keuzevrijheid woningen
 - Voorzieningen nabij: school, sport, arts



WAARVAN KRIJGEN MENSEN (CHRONISCHE) STRESS?



LEVENSGEBEURTENISSEN



verlies dierbare



echtscheiding



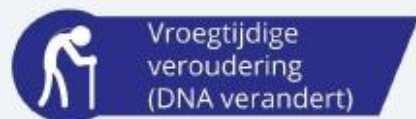
verhuizing



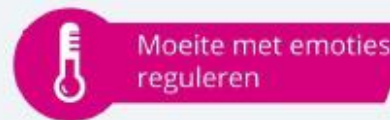
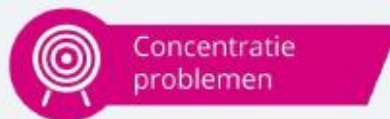
migratie

IMPACT OP LICHAAM EN HERSENEN

Fysiek



Cognitief



Mentaal



Invloed leefomgeving op gezondheidsverschillen

Bestuur/beleid/regelgeving


bijvoorbeeld

- Subsidies
- Huisvestingbeleid/woningnood
- Keuzes infrastructuur en industrie

Leefomgeving

 Sociale factoren bijvoorbeeld Populatie samenstelling Sociale veiligheid Omgevingsgeluid Criminaliteit	 Voorzieningen in de omgeving bijvoorbeeld Zorg Veilige infrastructuur Sport / spel/ ontmoetingsplekken Groen, natuur en water	 Schadelijke factoren bijvoorbeeld Luchtvervuiling Binnenmilieu (lood / schimmels) Temperatuur
---	---	---

Individu



Gezondheids-gedrag

(Chronische) stress

Verhoogde vatbaarheid

Fysieke en mentale gezondheid

Impact op gezondheid afhankelijk van:

- Veerkracht
- Persoonlijke factoren (SES, leeftijd)
- Sociale steun
- Andere aanwezige stressoren in leven (armoede, discriminatie)



Gezondheidsverschillen

Werkvorm 4

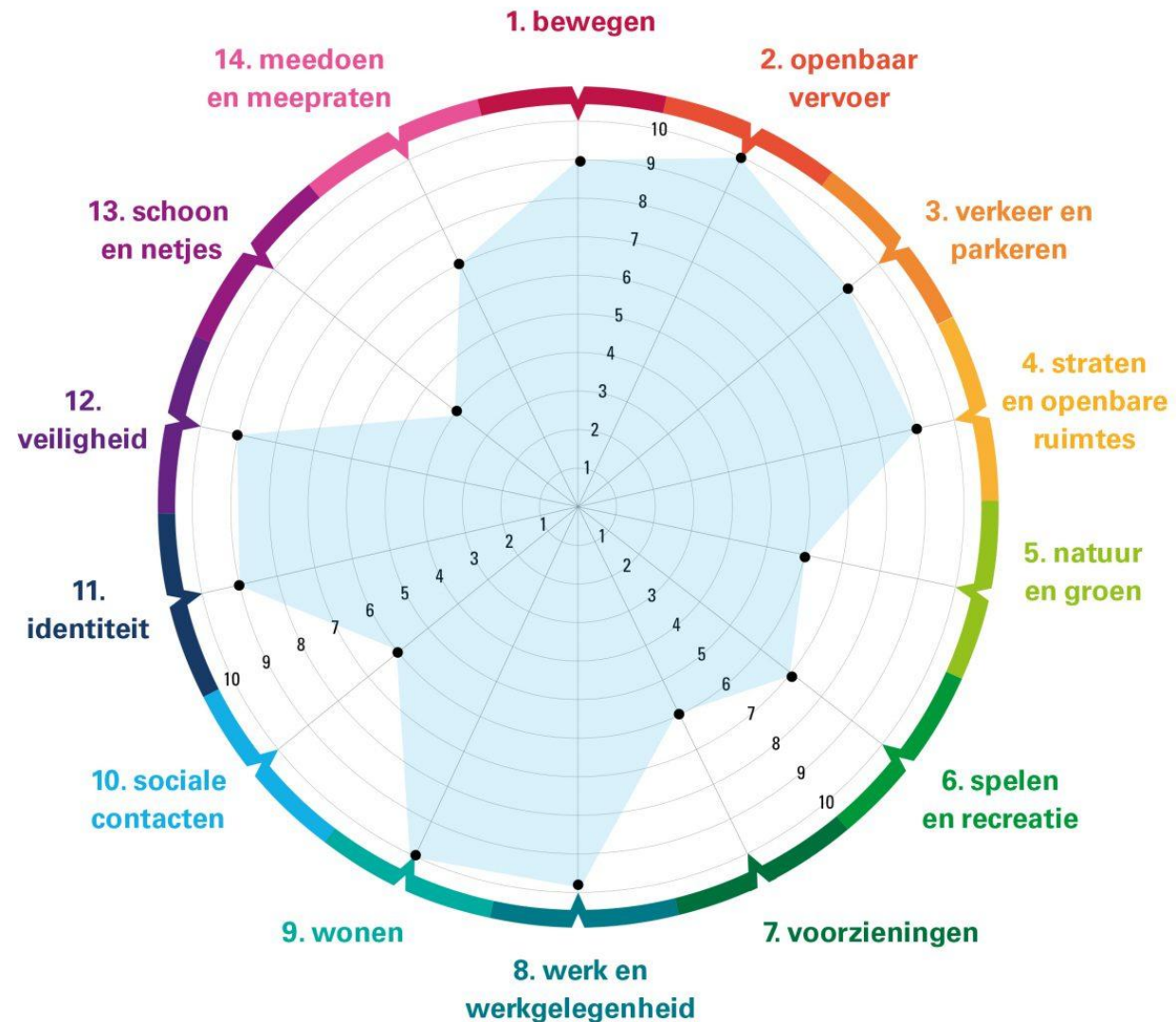
Wandeling met de
Leefplekmeter

Huiswerkopdracht Leefplekmeter

- Klein groepje vormen
- Gebied afspreken
- Zelf voorbereiden:
 - Wat weet ik van dit gebied?
 - Wat is ons beleid?
 - Wat is onze ambitie en wat is onze inzet?
- Samen naar het gebied
 - Vul de Leefplekmeter in
 - Bespreek jullie bevindingen
- Pitch jullie bevindingen voor de groep

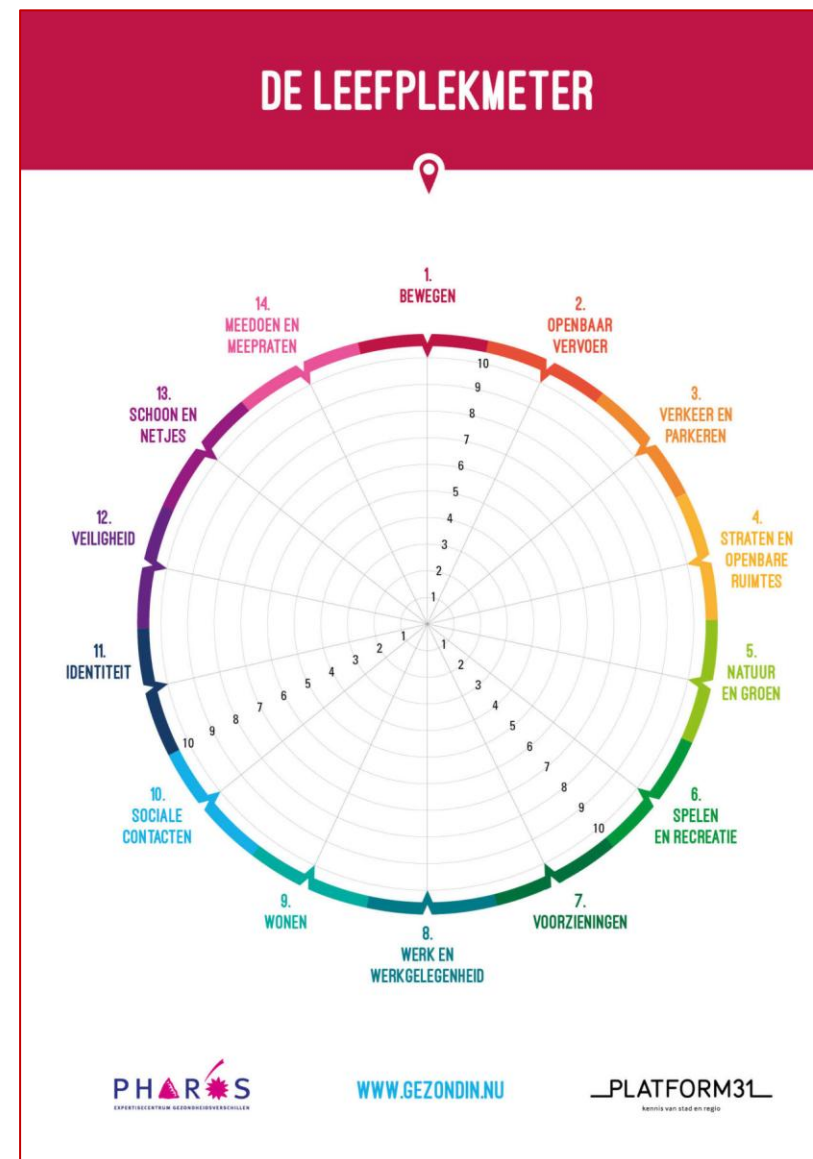


Wat vind je van je leefplek?



Vergeet de inwoners zelf niet!

- Inwoners zijn experts van omgeving
- Omgevingswet bepleit betrekken bewoners
- Ervaringen gebruik omgeving dienen als input voor verbeteringen
- Inwoners kunnen rol spelen bij beter maken van leefplek
- Niet over, maar met mensen
- Extra investering in bereiken bewoners levert nieuwe/andere inzichten op
- Kan bij hele traject (gebiedsontwikkeling, omgevingsplan, etc.)
- Meer eigenaarschap, beter beheer



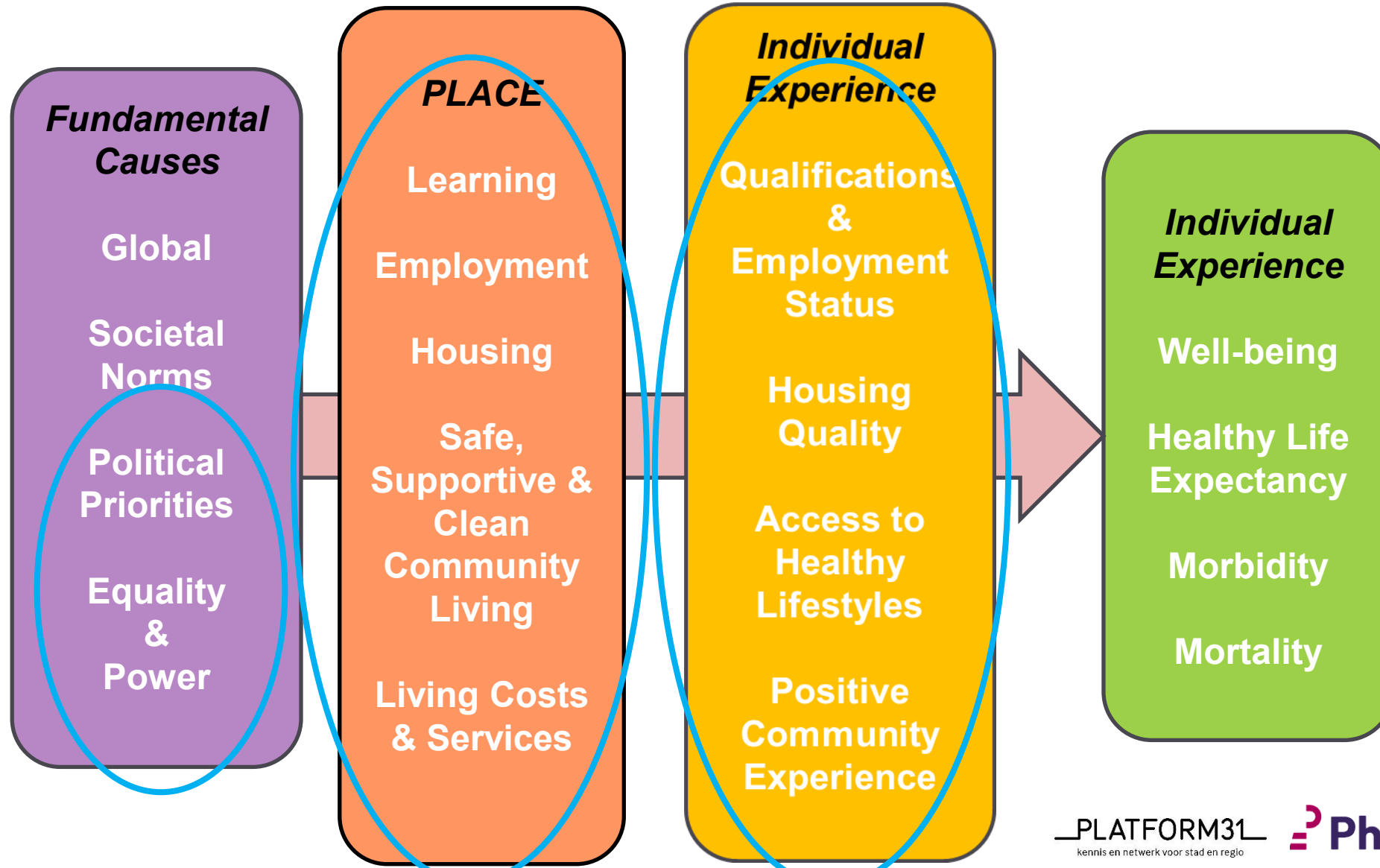
De Leefplekmeter – afgeleid van Schotse Place Standard

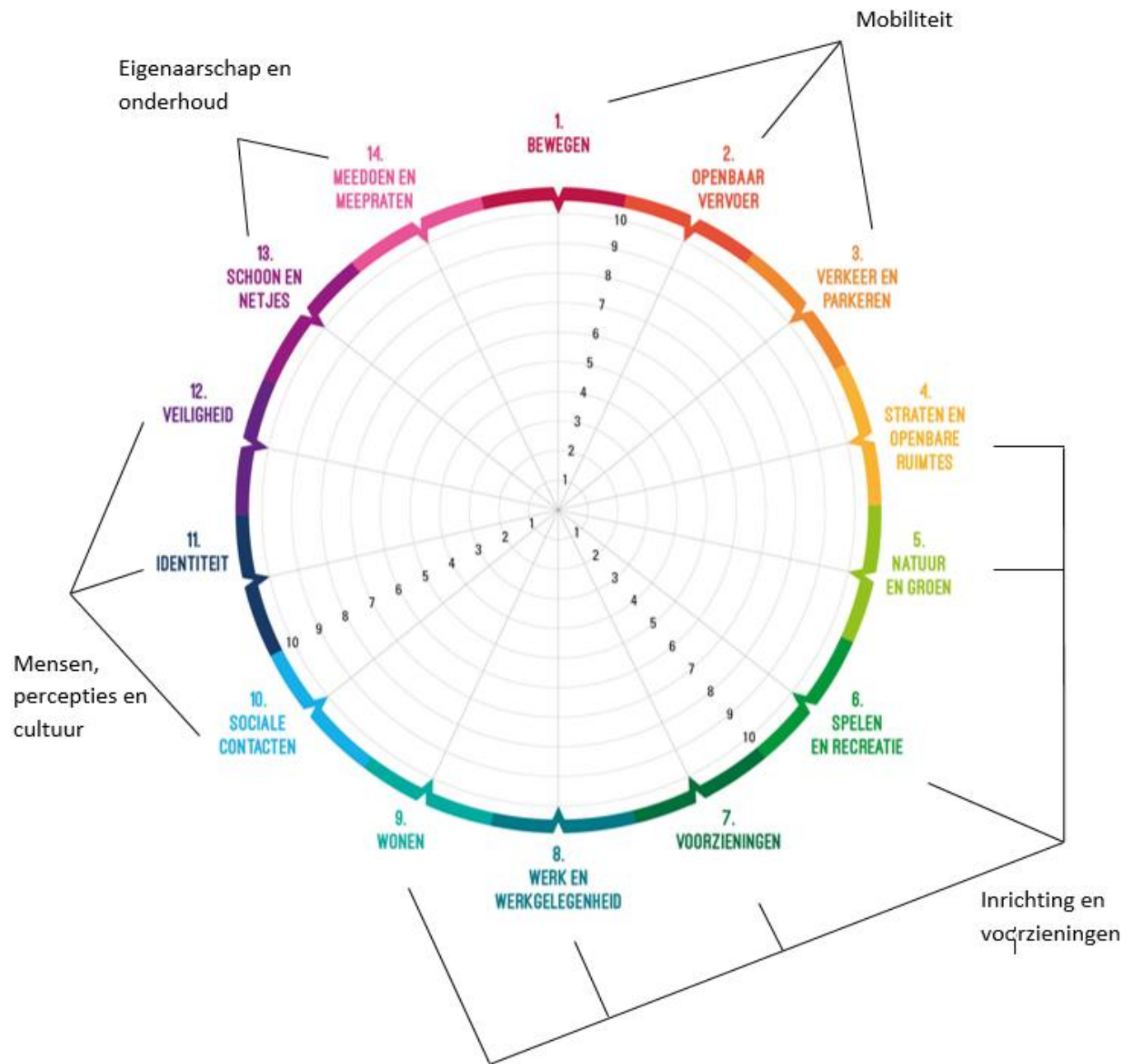


Partners:

- Scottish Government (Planning & Architecture)
- NHS Health Scotland
- Architecture & Design Scotland
- Glasgow City Council

Schotse onderbouwing: de oorzaken van (on)gezondheid zijn basis voor 14 thema's



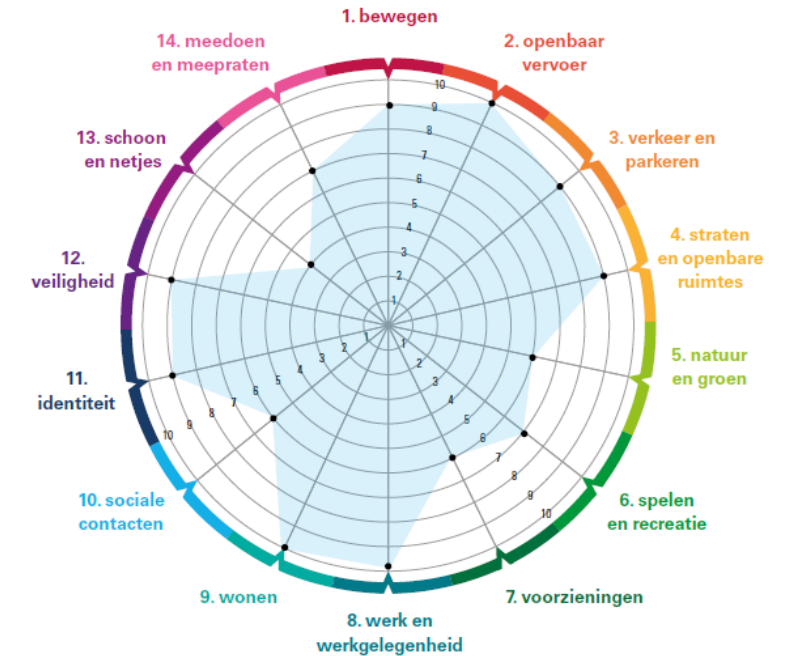


Wat is de Leefplekmeter?

- ✓ Een instrument om de kwaliteit van een leefplek vast te stellen
- ✓ Toe te passen op plekken die er al zijn, die veranderen, of nog in de planfase verkeren
- ✓ Gebaseerd op kennis over de positieve rol die omgeving kan spelen bij het terugdringen van gezondheidsverschillen
- ✓ 14 simpele vragen
- ✓ Kan gebruikt worden door bewoners en/of professionals, individueel of in groepsverband
- ✓ Geeft een zichtbare uitkomst en bidet gestructureerde gesprekken over belangrijke thema's

- ✓ Niet: Normerend, standaardiserend. Het gaat om BELEVING

DE LEEFPLEKMETER



Werkvorm 5

Verkennen relatie
gezondheidsthema's,
ruimte en
oplossingsmogelijkheden

In gesprek over een gezondheidsthema

Benoem enkele **gezondheidsthema's**.
Denk aan:

- Eenzaamheid senioren
- Overgewicht 13-18-jarigen
- Alcoholgebruik (doelgroep?)
- ...

Koppel daaraan een **specifieke doelgroep** en eventueel een specifiek gebied (kern/wijk/dorp)

Kies een thema en vorm kleine groepen (gemengd of per domein)

- In **linker** kolom: lijst met oorzaken van gezondheidsthema voor deze doelgroep
- In **middelste** kolom: relatie met ruimtelijk domein (kan RO deze specifieke oorzaak oplossen?)
-, -/+, ++
- In **rechter** kolom mogelijke oplossing vanuit RO

Gezondheidsthema + doelgroep (+ gebied)

...

oorzaken

relatie
met ruimte

oplossingen

Werkvorm 6

Inventariseer
bestaand beleid, visie
en strategie

Huiswerkopdracht

Inventariseer bestaand beleid en visie

- Spreek af met een collega van het andere domein
- Stuur elkaar een recente beleidsnota of recent visiedocument
- Scan het document op 'koppelkansen'
 - welke linkjes zie je met je eigen werk of dat van directe collega's?
- Selecteer de kansen met de meeste impact, of juist 'laaghangend fruit'
- Pitch die kansen op de eerstvolgende bijeenkomst

