

SPEERPUNT 2: GEZONDE PUBLIEKE RUIMTE

Goed begonnen, is half gewonnen. Alles start bij een ruimtelijk beleid dat de gezondheid stimuleert, zowel op mentaal als fysiek vlak. Denk aan inrichting en extra overstapmogelijkheden volgens het STOP-principe: eerst Stappen, dan Trappen, Openbaar vervoer en tot slot Personenwagens. Of aan een publieke ruimte die minder luchtverontreiniging en geluidshinder realiseert, die inspireert tot meer beweging en een plek waar mensen elkaar ontmoeten, die mentale rust brengt en die gezonde voeding promoot.

Sprekende cijfers:

161%

Met een goed ingerichte publieke ruimte zorgt u ervoor dat mensen **161% meer bewegen**⁹.

4kg

Mensen die vooral de **auto nemen, wegen gemiddeld 4 kg meer dan mensen die voornamelijk fietsen** om zich te verplaatsen¹⁰. Met een goed ingerichte publieke ruimte stimuleert u hen om de fiets te nemen.

80
minuten

Verhoogt u de **woondensiteit**, verbetert u de **stratenconnectiviteit** en **mengt u meerdere functies** (wonen, winkelen, spelen, werken, ...) in uw buurt, dan leggen **volwassenen gemiddeld 80 minuten per week meer te voet af**¹¹.

44%

44% van de gemeenten heeft de afgelopen 3 jaar ingezet op **volkstuinten**⁷. U ook? Zo stimuleert u gezond eten, sociale cohesie en mentaal welbevinden.

10'

Er is steeds meer bewijs te vinden voor de positieve invloed van groene en natuurlijke omgevingen op het mentale welbevinden. Zo is vastgesteld dat **een wandeling van 10' door een open bos de concentratie aanzienlijk verbetert**. Zo zorgt groen in de omgeving ook voor meer sociale interactie en minder criminaliteit, want het roept positieve emoties op en vermindert stress¹².



01

Hoe brengt u dit speerpunt in uw gemeente concreet tot leven?

Er zijn 101 manieren om de publieke ruimte in uw gemeente in te richten zodat inwoners en bezoekers de publieke ruimte ervaren als gezond en aangenaam. Wij selecteerden alvast enkele grote en kleine ideeën die u aardig op weg zetten. We maakten een onderscheid tussen acties die geïnitieerd kunnen worden vanuit het beleidsdomein gezondheid en welzijn en acties die komen vanuit andere beleidsdomeinen en een positieve impact hebben op de gezondheid. Dit is 'health in all policies' in de praktijk. Uw logo kan u adviseren en ondersteunen bij uw acties rond preventieve gezondheidszorg en/of doorverwijzen naar de juiste thematische organisaties. Voor advies en uitwerking van acties die behoren tot andere beleidsdomeinen (in het kader van Health in all Policies) kan uw Logo u gericht doorverwijzen naar en in contact brengen met organisaties uit die betreffende beleidsdomeinen.



Acties rond preventie en gezondheid die u kunt aanbevelen

De gemeente heeft bij elke (her)inrichting van de publieke ruimte aandacht voor voldoende **groen, speelkansen** voor kinderen, **bewegmogelijkheden** voor volwassenen, **veiligheid** en **ontmoetingsgelegenheid** voor iedereen. Zeker in buurten en wijken met meer kwetsbare inwoners komt het erop aan om de **sociale cohesie** en het mentale en fysieke welbevinden te bevorderen. Denk daarbij niet enkel aan de inrichting van centraal gelegen pleinen, maar ook aan het aangenamer maken van (dichtbevolkte) straten door te investeren in spelelementen, outdoor fitnessstoestellen, petanquebanen, rustbanken en picknicktafels.

De gemeente zorgt ervoor dat **fietsen en stappen** makkelijkere keuzes worden dan autorijden voor de burger en het personeel. Dat kan door in de eerste plaats te investeren in degelijke wandel- en fietsinfrastructuur die aansluiten op een veilig, comfortabel en efficiënt netwerk voor voetgangers en fietsers, incl. elektrische fietsers. Maar ook door deel te nemen aan sensibiliseringscampagnes (bijvoorbeeld de 10.000-stappencompetitie tussen gemeenten) en doordacht na te denken over het plaatsen van de nodige kwaliteitsvolle fietsstallingen. Ook bewegwijzering op maat en een fietsdeelsysteem behoren tot de mogelijkheden om meer beweging te promoten.

De gemeente heeft bij het ontwerpen, bouwen van huizen en aanleggen van straten oog voor de **geluids- en luchtkwaliteit**. We denken hierbij bv. aan het vermijden van street canyons. Dit zijn smalle straten met hoge huizen die de luchtverontreiniging langer vasthouden.

De gemeente zorgt bij de opstart van **volkstuinen** voor een opleiding rond gezond tuinieren zonder pesticiden, met aandacht voor valpreventie en ergonomisch bewegen, het verwerken van (vergeten) groenten en fruit, ... Volkstuinen bevorderen de solidariteit tussen generaties en het mentale welbevinden én brengen lokale gezonde voeding dichterbij de bewoners.

De gemeente ziet erop toe dat **gezonde voeding in en rond de school** een meer prominente plaats op de agenda krijgt. Om dit te realiseren, is het nodig om samenwerking tussen lokale handelaars, het Logo en de schoolpartners te stimuleren en te ondersteunen.

De gemeente voorziet in de publieke ruimtes hygiënische **drinkwaterfonteinjes** zodat water drinken de meest makkelijke en gezonde keuze wordt.

De gemeente promoot **boerenmarkten en korte keten** om inwoners de kans te bieden om verse voeding uit de nabije omgeving te kopen.

De gemeente ontwikkelt voor senioren **voetgangerscirkels**. Dit zijn cirkels waar senioren te voet al hun voorzieningen kunnen bereiken en hun boodschappen kunnen doen zodat zij langer in hun vertrouwde leefomgeving kunnen wonen, meer bewegen en mensen blijven ontmoeten en zo eenzaamheid vermijden. Binnen deze cirkels staat valpreventie centraal.

De gemeente overtuigt **projectontwikkelaars** om meer te investeren in een gezonde publieke ruimte en duurzame mobiliteit. Om deze onderhandelingen te voeren, is een versterkte capaciteit nodig bij de dienst ruimtelijke ordening, de dienst mobiliteit en de dienst gezondheid en/of welzijn.



Acties in het kader van 'health in all policies' die tevens de gezondheid bevorderen

De gemeente **verbindt sport-, ontmoetings- en speelplekken** zodat kinderen en jongeren zich veilig te voet of met de fiets van de ene naar de andere plek kunnen begeven. Ook de bibliotheek, de school of het jeugdhuis kan hierin opgenomen worden.

De gemeente verhoogt de **stratenconnectiviteit** voor fietsers en voetgangers waardoor mensen meer fietsen en te voet gaan en voor korte afstanden geneigd zijn om minder de auto te nemen. Dit kan bijvoorbeeld door te zorgen voor doorsteken en het heropwaarderen van trage wegen.

De gemeente werkt prioritair de missing links tussen woonkernen en schoolomgevingen weg zodat **schoolkinderen zich gezond en veilig te voet of met de fiets kunnen verplaatsen**. Nauwe betrokkenheid van de burgers en buurgemeenten is hierin noodzakelijk.

De gemeente brengt de **knelpunten en ontwikkelkansen** van de publieke ruimte duidelijk in kaart. Daarbij is het essentieel om de **burgers nauw te betrekken**.

De gemeente installeert **in elke woonwijk het zone 30-regime**. Dit in functie van meer verkeersveiligheid zodat kinderen, ouders en passanten de straat opnieuw als speel-, beweeg- en ontmoetingsruimte kunnen gebruiken.

De gemeente stimuleert het **gebruik van openbaar vervoer** door activiteiten te organiseren die makkelijk met het openbaar vervoer bereikbaar zijn of via een systeem van derdebetaler.

De gemeente **ondersteunt collectief vervoer en vervoersdeelsystemen** bijvoorbeeld door voorbehouden autodeelparkeerplaatsen aan te bieden, autodelen op te nemen in verkavelings- en stadsvernieuwingsprojecten of een uitleensysteem op te starten voor kinderfietsen en deelsysteem voor bakfietsen.

De gemeente ontmoedigt baanwinkels en stimuleert lokale initiatieven om **wonen en winkelen in de dorpskernen** opnieuw aantrekkelijk te maken. De nauwe betrokkenheid van lokale handelaars en inwoners is een must om dit kernversterkingsbeleid te doen slagen.



02 Inspirerende voorbeelden

Meer dan 275 Vlaamse en Brusselse gemeenten zitten al op het goede spoor: zij werken volgens de principes van een Gezonde Gemeente aan meer gelijke gezondheidskansen in een gezonde omgeving voor iedereen. Volgende initiatieven kunnen een bron van inspiratie zijn om zelf aan de slag te gaan in uw gemeente, met het oog op een gezonde publieke ruimte.

“ Nu we extra geïnvesteerd hebben in speelruimte voor kinderen, zien we ook meer senioren op straat. ”

“ In mijn gemeente zijn er de afgelopen jaren veel fietspaden bijgekomen waardoor ik nu veel meer aan het fietsen ben. ”

“ Die bomen in onze straat zorgen voor extra schaduw en het is fijn om er vanuit de living naar te kijken. ”

- [De bewegingstuin in Gistel](#)
- [De intergemeentelijke stappencampagne tussen Nevele, Gavere en Nazareth](#)
- [De Grote Markt van Turnhout](#)
- [Het trage wegenplan van Melle](#)
- [Het speelweefsel van Brugge](#)
- [De speelnatuur in stad Kortrijk](#)
- [De stadsakker in Tienen](#)
- [De Clementwijk in Sint-Niklaas](#)
- [Het fietsparkeerplan in Gent](#)
- [Het Blue-bike systeem in Deinze](#)
- [Autodelen van het eigen gemeentelijke wagenpark in Duffel, Schoten, Diksmuide, Wevelgem, ...](#)
- [Het fietsstratennetwerk in Bonheiden](#)
- [Het fietsdepot 'Op Wielekes' in Merelbeke](#)
- [De speelstraten van Aalst](#)

03

Vragen & antwoorden

Onze gemeente heeft geen budget voor grote investeringen in de publieke ruimte. Dus dit is niets voor ons?

Zeker wel! Hier alvast 3 goede redenen waarom.

1. Investeren in een gezonde publieke ruimte betaalt zichzelf in een veelvoud terug. Zo berekende het VITO dat elke euro die u in fietsinfrastructuur investeert tot 14 euro opbrengt.¹³
2. Verder is het zo dat een gezonde inrichting net per se duur hoeft te zijn.
 - Straten knippen, fietsstraten inrichten, wijken autoluw maken, snelheidsbeperkingen instellen, ... zijn geen dure ingrepen.
 - Voor fietsinfrastructuur kunt u subsidies aanvragen bij onder andere het fietsfonds.¹⁴
 - En wist u dat ecologisch ingerichte parken vaak goedkoper zijn in onderhoud? U moet minder maaien, minder snoeien en u bestrijdt onkruid op een natuurlijke wijze.¹⁵
3. Inwoners helpen graag mee en worden graag betrokken bij het vergroenen van hun buurt en het onderhoud ervan. Die fysieke arbeid werkt op zijn beurt gezondheidsbevorderend. Organisaties zoals Natuurpunt of de Regionale Landschappen hebben ervaring met het werken met vrijwilligers in het kader van groenbeheer.

Wie in onze gemeente rommelt aan het aantal parkeerplaatsen, raakt volgende keer niet meer verkozen. Hoe pakken we dat aan?

Alles begint met een goed voorbereide communicatie.

1. Leg uit aan bewoners en handelaars dat het (gedeeltelijk) parkeervrij maken van pleinen absoluut noodzakelijk is om uw gemeente aantrekkelijk te houden voor toekomstige bewoners (jonge gezinnen) en bezoekers.
2. Maak een pleinplan op met een duidelijke identiteit voor elk van de pleinen en communiceer dit breed naar de bevolking. Werk vooral visueel.
3. Werk eventueel in stapjes. Een tijdelijke herinrichting van pleinen kan een tussenstap zijn naar een definitieve herinrichting. Met zo'n tijdelijke herinrichting kunt u experimenteren met materialen en functies en laat u de gebruikers proeven van zo'n meer aantrekkelijk plein of straat.
4. Belangrijk hierbij is opnieuw participatie. Op die manier kunt u wensen van verschillende doelgroepen proberen te verzoenen. Uw draagvlak vergroot en het aantal perspectieven en mogelijkheden verruimt.*
5. Als u weet dat de meeste verplaatsingen met de auto minder dan 5 kilometer bedragen, dan kunt u als gemeente met goede fiets- en wandelvoorzieningen deze mobiliteitswijzen ook vergemakkelijken. Hebt u ook al gemerkt hoeveel fietsen er op 1 autoparkeerplaats kunnen en hoeveel ruimte u zo wint?

* Meer info hierover vindt u op www.leefstraat.be



04

Meer leesvoer

Wilt u meer te weten komen over hoe u van uw publieke ruimte een gezonde publieke ruimte maakt? Raadpleeg dan onderstaande publicaties, boeken en websites die wij speciaal voor u selecteerden.

- [Departement Omgeving \(2016\) Witboek Beleidsplan Ruimte Vlaanderen](#)
- [Vlaams Instituut Gezond Leven \(2017\) project Gezonde Publieke Ruimte](#)
- [Departement Omgeving \(2017\)](#)
- [Departement Mobiliteit en Openbare Werken \(2017\) Fietsvadamecum](#)
- [Vandevyvere A. \(2009\) Leidraad: een traag wegenplan opmaken en uitvoeren](#)
- [Arcadis & LNE \(2013\) Het opstellen van aanbevelingen en richtlijnen rond milieuvriendelijke weginrichting](#)
- [VITO & INBO \(2013\) Daarom groen! Waarom u wint bij groen in uw stad of gemeente](#)
- [Infopunt Publieke Ruimte \(2017\) Praktijkboek Publieke Ruimte](#)
- [Gezondheid en Milieu \(2017\)](#)
- [Inter Vlaanderen](#)
- [Vlaamse Vereniging voor Ruimte en Planning](#)
- [Buijs X. \(2017\) Verdichting van dichtbij bekeken](#)

In samenwerking met ondertekende organisaties

- CM - Christelijke Mutualiteit
- CvKO - Centrum voor Kankeropsporing
- De Sleutel
- Domus Medica
- Eetexpert
- Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie
- Liberale Mutualiteit
- Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen
- Sensoa
- Socialistische Mutualiteiten
- VAD - Vereniging voor Alcohol- en andere Drugproblemen
- Vlaamse Logo's
- Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg vzw
- Vlaanderen Landsbond van Onafhankelijke Ziekenfondsen
- VLESP - Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie
- VNZ - Vlaams en Neutraal Ziekenfonds
- VW - Vereniging van Wijkgezondheidscentra
- Gezonde Gemeente

Meer info over deze campagne op: www.partijgezondegemeente.be en www.gezondegemeente.be

Contact: gezondegemeente@gezondleven.be of T 02/422 49 49



Twitter mee en deel uw acties en ideeën met **#VKgezond18** en **@GezondeGemeente**

Voetnoten

⁷ De Decker, E., De Wael, W., Steenhuyzen, S., & Van Oyen, L. (2016). Het lokale preventieve gezondheidsbeleid van de Vlaamse lokale besturen in kaart gebracht. Retrieved from Brussel: http://www.vigez.be/files/gezondheidsbevordering/Indicatorenbevraging_lokale_besturen_2016.pdf

⁸ Heath, G. W., Brownson, R. C., Kruger, J., Miles, R., Powell, K. E., & Ramsey, L. T. (2006). The effectiveness of urban design and land use and transport policies and practices to increase physical activity: A systematic review. *Journal of Physical Activity and Health*, 3(Suppl 1), S55-S76.

⁹ Dons, E., Götschi, T., Rojas-Rueda, D., Anaya Boig, E., Avila-Palencia, I., Brand, C., . . . Int Panis, L. (2017). Male Car Drivers Are 4kg Heavier Than Cyclists: Results from a Cross-Sectional Analysis in Seven European Cities. *Journal of Transport & Health*, 5(Supplement), S27-S28. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jth.2017.05.311>

¹⁰ Van Dyck, D., Cardon, G., Deforche, B., Sallis, J. F., Owen, N., & De Bourdeaudhuij, I. (2010). Neighborhood SES and walkability are related to physical activity behavior in Belgian adults. *Preventive Medicine*, 50(Suppl 1), S74-S79.

¹² van den Berg, A. (2013). Waarom wij natuur nodig hebben: Factsheet Natuur & Gezondheid. Retrieved from Amsterdam: http://www.agnesvandenbergnl/IVN_factsheetNenG_web.pdf

¹³ Fietsstrades: op uw gezondheid! VITO berekent gezondheidswinst door aanleg fietsstrades. (2016). Retrieved from <https://vito.be/nl/nieuws-evenementen/persberichten/fietsstrades-op-uw-gezondheid>

¹⁴ Mobiel Vlaanderen. (2013). Projectsubsidies: De aanleg of herinrichting van fietsinfrastructuur langs wegen als alternatief voor fietsinfrastructuur langs gewestwegen en Fietsinfrastructuurprojecten gelegen op trajecten van het bovenlokaal functioneel fietsroutenetwerk op wegen die niet onder het beheer vallen van het Gewest (Fietsfonds). Retrieved from <http://www.mobielvlaanderen.be/overheden/artikel.php?id=1410>

¹⁵ Informatie hierover vindt u onder andere bij Agentschap Natuur- en Bos (<https://www.natuurenbos.be/beleid-wetgeving/natuurbeheer/beheerplan/harmonisch-park-en-groenbeheerplan/wat-een-hpg>) en de Vlaamse Milieumaatschappij (<https://www.zonderisgezonder.be>)

PGG is fictief en verwijst niet naar een bestaande politieke partij. Met dit initiatief willen de partners uit de preventiesector het belang van een lokaal preventief gezondheidsbeleid benadrukken nu en in de toekomst. Deze partners zijn terug te vinden op www.partijgezondegemeente.be.