

Gezonde publieke ruimte

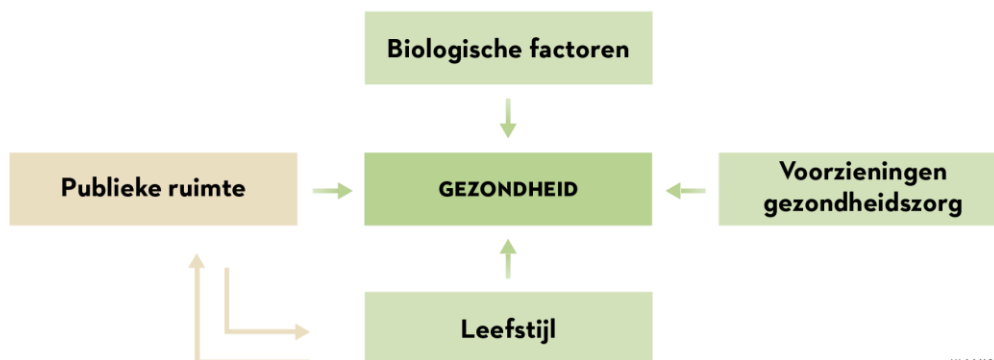


Gezondheid wordt niet alleen bepaald door de som van persoonlijke keuzes en genetische factoren. Ook onze omgeving heeft een rechtstreekse invloed op de gezondheid. Uitlaatgassen van gemotoriseerd verkeer hebben een negatief effect op onze gezondheid maar een groene omgeving kan net ons mentaal welzijn verbeteren. Anderzijds kan de omgeving ook indirect de leefstijl van mensen, en zo hun gezondheid, beïnvloeden. Daarom is het belangrijk om samen in te zetten op een gezonde leefomgeving, die aanzet tot het maken van gezonde keuzes. Een goede fietsinfrastructuur zal bijvoorbeeld mensen stimuleren om te fietsen (= verandering in hun gedrag) waardoor ze meer bewegen. Publieke moestuinen bevorderen een

gezonder voedingspatroon en zorgen ook voor meer beweging en een beter mentaal welbevinden. Mooie en verzorgde speelruimtes zorgen ervoor dat kinderen meer bewegen in de vrije tijd en dit zal leiden tot een betere gezondheid. Bovendien heeft de leefstijl van mensen op zijn beurt ook invloed op de omgeving. Als we massaal met de auto rijden, veroorzaken we luchtverontreiniging en geluidshinder. Ook is er voor die auto's veel verharding nodig en die draagt bij aan de hitteproblematiek. Gezondheid bevordert je dus niet enkel door te focussen op individuele factoren, maar ook door te werken aan een gezonde omgeving (zie model van Lalonde hieronder).

Lokale besturen staan dicht bij de bevolking en kunnen daardoor een belangrijke rol spelen bij het stimuleren van een gezonde leefstijl. Daarnaast hebben ze een grote impact op en verantwoordelijkheid wat betreft het creëren van gezonde omgevingen. Daarom willen we lokale besturen inspireren om rekening te houden met gezondheid bij ruimtelijke ingrepen zoals ruimtelijke planning, mobiliteit en handelsbeleid.

MODEL VAN LALONDE aangepast vanuit perspectief publieke ruimte



© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018

VLAAMS INSTITUUT
**GEZOND
 LEVEN**

Het aanbod van Logo Limburg in het kader van het project Gezonde Publieke Ruimte wordt hieronder voor je opgelijst. Ook kan je het Vlaamse [promofilmpje](#) bekijken voor een korte toelichting van het project.

Op www.gezondepubliekeruimte.be vind je bovendien meer informatie over het project en de ondersteuningsinstrumenten.

Voor meer informatie of ondersteuning bij het aanbod kan je terecht bij de medisch milieukundige van je regio, contactgegevens onderaan dit document.

CREER DRAAGVLAK BIJ BURGERS

Wil je als lokaal bestuur investeren in een gezonde en klimaatbestendige publieke ruimte, maar weet je niet of de burgers er wel voor open staan? Of wil je participatief aan de slag gaan met de publieke ruimte? Onderstaande materialen helpen je op weg. Voor ondersteuning of een interactieve workshop kan je bij ons terecht.

- **Gebruik illustraties en tekeningen**

De publieke ruimte kan op verschillende manieren ingericht worden. Deze afbeeldingen helpen je om het debat hierover op gang te brengen. De [figuur links](#) doet nadenken over hoe de inrichting van straten en pleinen gezonder kan. De [rechtse figuur](#) bekijkt de publieke ruimte breder, en verzamelt alle aspecten die een rol kunnen hebben in een gezonde publieke ruimte. Je kan deze ook bekijken in een leuke interactieve weergave. Zo klik je gemakkelijk door naar de verschillende gezondheidsthema's in het ruimtelijk beleid.



- **Gebruik de debatfiches**

Eenvoudige vragen per gezondheidsthema helpen de deelnemers op weg. Deze [debatfiches](#) kan je gebruiken om het gesprek te leiden.



- **Organiseer een gezondheidsrally Gezonde Publieke Ruimte**

De gezondheidsrally is een quizwandeling die de burger laat kennismaken met de eigenschappen van een gezonde publieke ruimte. Dit a.d.h.v. sprekende weetjes, rebussen en quizvragen die hen verder doen nadenken over de verschillende gezondheidsthema's in onze publieke ruimte. Het laat de burger nadenken over de aspecten in de publieke ruimte die voor hem/haar van belang zijn, creëert bewustwording en stimuleert om ook zelf gezondere keuzes te maken. Deze wandeling kan bijvoorbeeld voorafgaan aan een participatietraject, om de burger te prikkelen en te inspireren.

- **Handleiding Plein vol gezondheid**

[‘Plein vol gezondheid’](#) is een handleiding rond burgerparticipatie voor de (al dan niet tijdelijke) inrichting van een plein. Wat is de rol van de burgers en het lokaal bestuur bij de herinrichting van een plein? Neemt het lokale bestuur best een sterk sturende of eerder een faciliterende rol in?

Deze handleiding biedt een overzicht van de stappen die er met verschillende actoren gezet kunnen worden. Er zit ook een checklist bij met de kenmerken van een gezond plein. Die helpt je op weg om samen met bewoners te brainstormen. Daarnaast staan er enkele inspirerende praktijkvoorbeelden in, want op sommige plekken in Vlaanderen gebeuren al mooie dingen met pleinen.

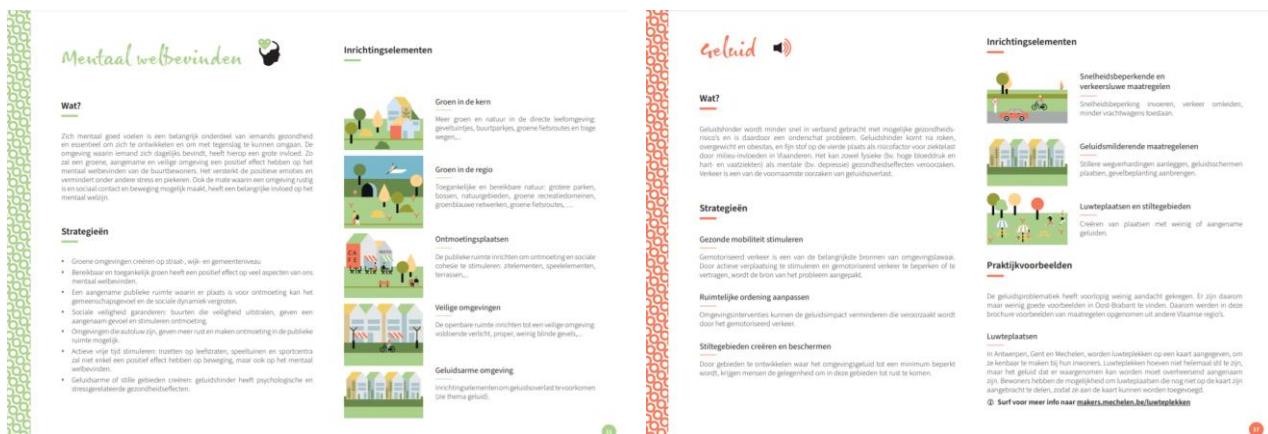


ONDERSTEUNINGSINSTRUMENTEN OM TE WERKEN AAN EEN GEZONDE PUBLIEKE RUIMTE

• Inspiratiebrochure gezonde publieke ruimte

Wil jij inzetten op een gemeente waarin de gezondheid van de inwoners centraal staat? Wil je dat pleintje of die straat herinrichten maar kan je nog wat inspiratie gebruiken? Dan kan deze [inspiratiebrochure](#) van onze collega's van Logo Oost-Brabant je op weg helpen. Een Vlaamse brochure is in opmaak.

Het doel van deze brochure is om lokale besturen te inspireren en aan te sporen om rekening te houden met gezondheid bij ruimtelijke ingrepen zoals bijvoorbeeld mobiliteit, ruimtelijke planning en handelsbeleid. De verschillende gezondheidsthema's van Gezonde Publieke Ruimte komen aan bod: beweging, mentaal welbevinden, lucht, geluid, hitte, voeding en roken. Per thema in deze brochure worden mogelijke strategieën, inrichtingselementen en inspirerende voorbeelden aangehaald. Vaak zullen ingrepen een positief effect hebben op verschillende gezondheidsthema's. Dit wordt op het einde van de brochure geïllustreerd a.d.h.v. een aantal praktijkvoorbeelden van integrale projecten uit Oost-Brabant. Bij elk voorbeeld worden onderstaande succesfactoren besproken. Met deze voorbeelden hopen we de lokale besturen te inspireren om zelf aan de slag te gaan en gezonde omgevingen te creëren voor hun inwoners.



• Gezondheidstoets

Bij een gezondheidstoets gaan we een gemeente, site of ruimtelijk uitvoeringsplan (RUP) screenen op gezondheid. Verschillende gezondheidsindicatoren komen aan bod: walkability, luchtkwaliteit, mobiliteit, gezond leefmilieu, geluid, klimaat en varia. Hiervoor wordt er allerlei beeld- en cijfermateriaal gebruikt. Naast de vaststellingen per gezondheidsindicator worden er ook verschillende suggesties gegeven over hoe je de bepaalde gezondheidsindicator positief kan beïnvloeden. Zo kan gezondheid nog meer aan bod komen in ruimtelijke plannen of (her)inrichtingswerken. We lichten graag de details bij de voorgestelde suggesties toe in een overleg of een meer interactieve workshop.





- **Lokaal gezondheidsplan warme dagen**

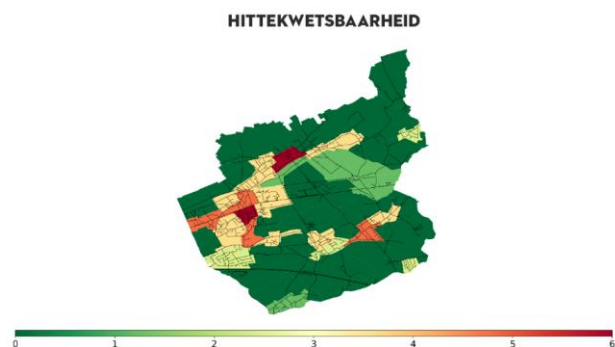
Warme dagen kunnen zorgen voor gezondheidsklachten. Zeker bij kwetsbare doelgroepen zoals ouderen, sociaal geïsoleerden en kinderen.

De bevolking sensibiliseren en concrete acties zijn hierbij van belang tijdens en in voorbereiding op warme dagen. Op een langere termijn speelt ook een aangepaste publieke ruimte met meer groen en blauw een belangrijke rol, zowel op vlak van mitigerende als adapterende maatregelen. Gebruik het sjabloon voor een lokaal gezondheidsplan 'Warme Dagen' om een preventief actieplan op te stellen om de gezondheid van jullie inwoners te beschermen, zowel voor als tijdens warme dagen. Het sjabloon kan je verkrijgen bij het Logo. Via een overleg kunnen we dit samen overlopen en bestaande en/of toekomstige acties bespreken.



- **Hittekwetsbaarheidskaart**

Oudere mensen, jonge kinderen en mensen met luchtwegaandoeningen zijn extra gevoelig voor erg warme dagen. Maar waar wonen die mensen in jouw gemeente? En waar in de gemeente is de blootstelling aan hitte het hoogst? De hittekwetsbaarheidskaart kan helpen om te beslissen waar ruimtelijke ingrepen op het vlak van hitte het best plaatsvinden, rekening houdende met deze kwetsbare groepen. Een rapport hiervan kan je opvragen bij het Logo.



TOOLS OM TE WERKEN AAN EEN GEZONDE PUBLIEKE RUIMTE

- **Walkabilityscore-tool**

Welke buurten stimuleren mensen het meest om hun auto te laten staan en te kiezen voor een actieve verplaatsing te voet of met de fiets? Als ruimtelijk planner of beleidsmaker weet je natuurlijk graag welke dat zijn. De [walkabilityscore-tool](#) helpt je te begrijpen wat de rol van stratenconnectiviteit (verbindingen tussen straten), woondichtheid en functiemix (aanwezigheid van winkels, scholen, gemeentehuis,...) is. De tool helpt je om buurten aan te duiden waar veranderingen in de publieke ruimte prioritair zijn, en je keuze te onderbouwen.

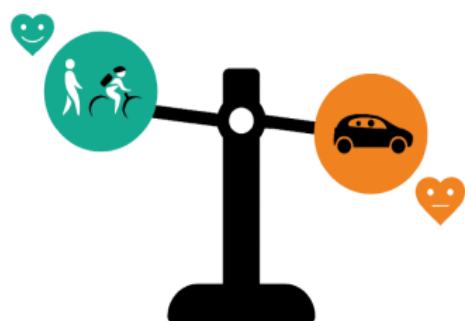


- **Gezondheidscalculator modal shift**

De [Gezondheidscalculator Modal Shift](#) berekent de maatschappelijke gezondheidswinst bij overstap van een aantal gemotoriseerde verplaatsingen naar actieve verplaatsing, uitgedrukt in euro's. Deze tool stelt initiatiefnemers dus in staat om de maatschappelijke gezondheidswinst van hun project te berekenen. De focus van de tool ligt op de winst op gezondheidsvlak door meer fysieke activiteit (lagere sterftekosten en lagere ziektekosten), maar ook klimaateffecten (verminderde CO2-uitstoot) en file-effecten (minder files) kunnen worden berekend.

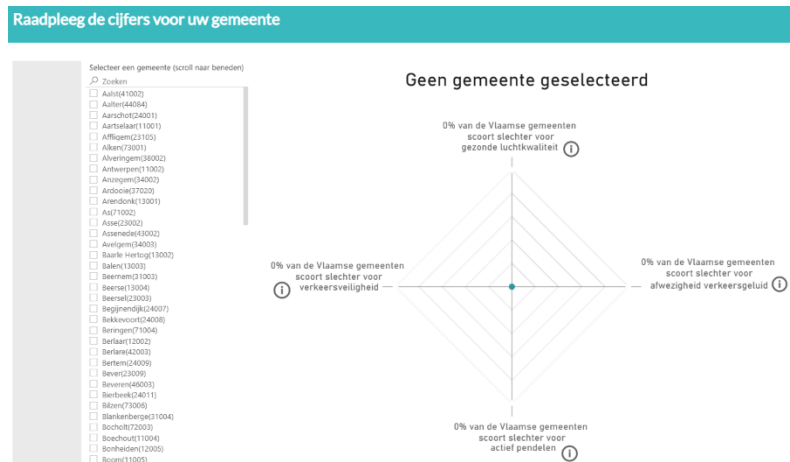
Die berekening kan voor zeer uiteenlopende projecten, bijvoorbeeld:

- infrastructuurwerken zoals het aanleggen van een fietstunnel, fietssnelweg of het verbreden van voetpaden;
- veranderingen in het mobiliteitsplan door bv. het invoeren van een fietsstraat;
- sensibiliseringsprojecten om te voet naar de bakker te gaan;
- initiatieven om vaardigheden aan te leren zoals fietslessen voor volwassenen.



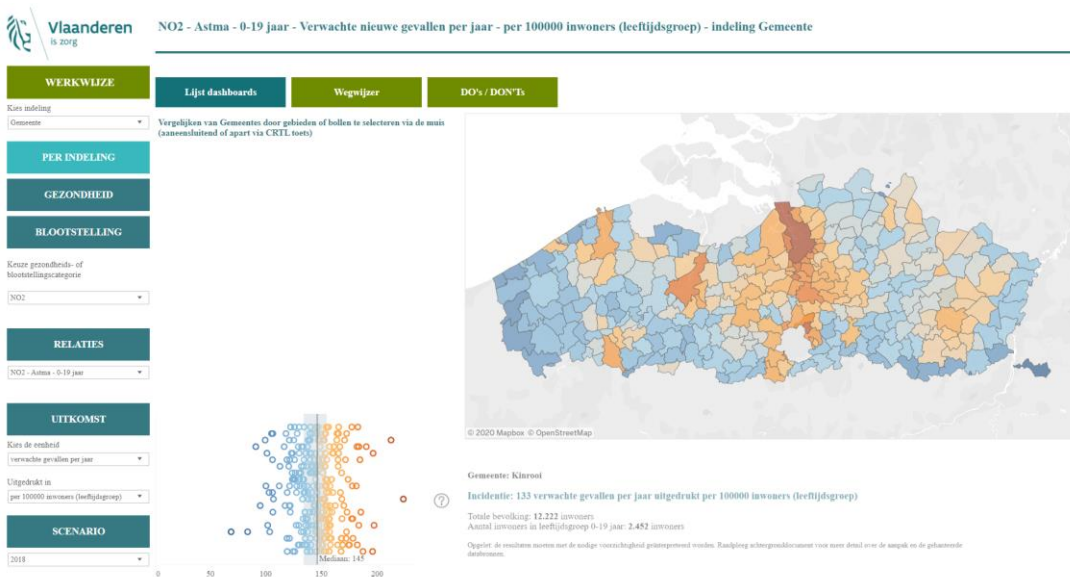
- **Lokale gezondheidsindicator mobiliteit**

Mobiliteit is een belangrijk aspect van de publieke ruimte. Wil je je gemeente vergelijken met gelijkaardige gemeenten op vlak van gezonde mobiliteit? Dat kan met de [lokale gezondheidsindicator mobiliteit](#). Hoe scoort jouw gemeente op vlak van luchtkwaliteit met vergelijkbare gemeenten? Zijn er meer of minder ongevallen op jullie grondgebied? De indicator is een beleidsinstrument dat samen met andere instrumenten richting kan geven aan beleidskeuzes.



- **Environment Health Impact Simulator (E-HIS)**

Luchtvervuiling schaadt onze gezondheid. De omgevingslucht die we inademen bevat vervuulende stoffen. Het inademen van deze stoffen kan zorgen voor gezondheidsschade, zoals ziektes van de luchtwegen, de longen, het hart en de bloedvaten. De effecten op de mens verschillen per pollutant, maar ze zullen allemaal aanleiding geven tot diverse gezondheidsklachten en vaak ook een kortere levensduur. De E-HIS tool focus op de best onderzochte pollutanten: Fijn stof (PM_{2,5} en PM₁₀, resp. fractie kleiner dan 2,5 µm en 10 µm) en stikstofdioxide (NO₂). Ook de blootstelling aan omgevingsgeluid wordt meegenomen. Omdat dit ook een impact kan hebben op zowel onze fysieke als mentale gezondheid bv. kans verhogen op hartziekten en het zorgen voor slaapverstoring. Verkeer is de voornaamste bron van geluidshinder. De [Environment Health Impact Simulator \(E-HIS\)](#) berekent de verwachte ziektelast ten gevolge van langetermijnblootstelling aan lucht- en geluidspollutie. Deze resultaten worden op hun beurt verder doorgerekend naar gerelateerde ziektekost. En dit tot op het niveau van een statistische sector (de kleinste administratieve eenheid). Toegang tot deze tool kan je online aanvragen. Voor ondersteuning kan je terecht bij het Logo.



MATERIALEN

• Flyers



Gezonde publieke ruimte is een ruim begrip. Met deze flyers kan je enkele thema's uitlichten en het draagvlak voor een gezonde publieke ruimte in je gemeente vergroten.

Je kan de flyers uitdelen bij evenementen, bijeenkomsten rond burgerparticipatie,... en tonen dat jouw gemeente inzet op het creëren van een gezonde publieke ruimte, die door iedereen te gebruiken is.

Via de QR-code kunnen geïnteresseerden op de website van Gezond Leven meer te weten komen over de eigenschappen van een Gezonde Publieke Ruimte.

Er zijn negen flyers. Eén algemeen over een gezonde publieke ruimte en 8 flyers die telkens op één thema inzoomen:

- Hitte
- Beweging Werk
- Beweging Ontspanning
- Rookvrij
- Voeding
- Geestelijke gezondheid
- Geluid
- Luchtkwaliteit

De flyers zijn gratis te [bestellen](#).

• Borden en spandoeken



Met deze spandoeken en/of borden kan je enkele gezondheidsthema's uitlichten en het draagvlak voor een gezonde publieke ruimte in je gemeente vergroten. Je kan de spandoeken en borden ophangen bij herinrichtingswerken, bij evenementen, speelstraten, pleinen,... en tonen dat jouw gemeente inzet op het creëren van een gezonde publieke ruimte, die door iedereen te gebruiken is.

De spandoeken en borden zijn weersbestendig en eenvoudig op te hangen met colsonbandjes aan bijvoorbeeld nadar of bouwhekken.



Er zijn negen spandoeken/borden. Eén algemeen over een gezonde publieke ruimte en 8 die telkens op één thema inzoomen:

- Hitte
- Beweging Werk
- Beweging Ontspanning
- Rookvrij
- Voeding
- Geestelijke gezondheid
- Geluid
- Luchtkwaliteit

Een spandoek is 215 cm breed op 75 cm hoog (nadarformaat). Je kan ze [hier](#) bestellen.
Een bord is 80 cm breed op 40 cm hoog. Je kan ze [hier](#) bestellen.

ARTIKEL

Plaats een artikel over de effecten van groen op onze gezondheid in het lokaal infoblad of op je website.

CONTACTGEGEVENS

Hieronder vind je terug welke medisch milieukundige van het Logo verantwoordelijk is voor jouw gemeente:

Gemeenten:

Alken, As, Bilzen, Borgloon, Bree, Diepenbeek, Genk, Gingelom, Hasselt, Heers, Herk-de-Stad, Herstappe, Hoeselt, Kortessem, Nieuwerkerken, Oudsbergen, Riemst, Sint-Truiden, Tongeren, Voeren, Wellen, Zonhoven, Zutendaal



Kirsten Knaepen

kirsten.knaepen@logolimburg.be
011 15 12 41 / 0492 06 77 71

Gemeenten:

Beringen, Bocholt, Dilsen-Stokkem, Halen, Ham, Hamont-Achel, Hechtel-Eksel, Heusden-Zolder, Houthalen-Helchteren, Kinrooi, Lanaken, Leopoldsburg, Lommel, Lummen, Maas-eik, Maasmechelen, Peer, Pelt, Tessenderlo



Hanna Stynen

hanna.stynen@logolimburg.be
011 15 12 40 / 0492 06 77 76

