

# RuimteGIDS Checklist Gezonde Ruimtelijke Ontwikkeling



[www.ruimtegids.eu](http://www.ruimtegids.eu)

## Achtergrond

RuimteGIDS heeft op basis van bestaande instrumenten een checklist gezonde ruimtelijke ontwikkeling samengesteld. Uitgangspunt voor de checklist was de Australische Healthy Built Environment Checklist (HBEC)<sup>1</sup>. De HBEC is een praktisch hulpmiddel om factoren in de bebouwde omgeving welke gezondheid beïnvloeden te beoordelen en suggesties te formuleren om gezondheidsuitkomsten te verbeteren. Het instrument omvat 11 kenmerken/thema's rondom gezonde ruimtelijke ontwikkeling, waaronder bijvoorbeeld gezond eten, sociale infrastructuur, lichaamsbeweging en huisvesting.

Naast de HBEC zijn drie andere instrumenten benut om de checklist samen te stellen:

- Kernwaarden gezonde leefomgeving<sup>2</sup>, GGD GHOR Nederland
- Leefplekmeter<sup>3</sup>, Gezond In
- WELL Building Standard<sup>4</sup>, International WELL Building Institute

De selectie van criteria voor gezonde ruimtelijke ontwikkeling voor in de samengestelde RuimteGIDS checklist vond plaats op basis van de volgende eisen:

- Het criterium valt binnen het thema lichaamsbeweging, ontmoeting en inclusie, sociale veiligheid of samenwerken aan een gezonde leefomgeving. Andere relevante en belangrijke gezondheidsthema's zoals gezond eten, huisvesting, luchtkwaliteit, geluidsoverlast en duurzaamheid vallen buiten de RuimteGIDS kennisagenda en worden nu niet meegenomen.
- Het criterium betreft de leefomgeving (d.w.z. ruimte buiten gebouwen)
- Het criterium is toepasbaar en relevant voor de ontwikkeling van een IKC.

### *Toepassing van de checklist*

RuimteGIDS heeft verschillende activiteiten met de leergemeenschappen in Maastricht en Kerkrade ondernomen. Deze waren bedoeld om advies te formuleren over een gezonde ruimtelijke ontwikkeling van nieuw te bouwen Integraal Kindcentra (IKCs) en de bruikbaarheid en toepassing van de checklist te onderzoeken. De overkoepelende doelstellingen van beide IKC trajecten is om de borging van gezondheid in het ruimtelijk proces te onderzoeken en versterken.

<sup>1</sup> <https://www.health.nsw.gov.au/urbanhealth/Pages/healthy-built-enviro-check.aspx>

<sup>2</sup> <https://www.gezondeleefomgeving.nl/instrumenten/kernwaarden-gezonde-leefomgeving>

<sup>3</sup> <https://www.gezondin.nu/wp-content/uploads/2020/02/De-leefplekmeter-Wat-en-Hoe.pdf>

<sup>4</sup> <https://www.wellcertified.com/health-safety/>

# Checklist Gezonde Ruimtelijke Ontwikkeling

## Thema 1: Lichaamsbeweging

Voldoende lichaamsbeweging heeft veel voordelen voor de gezondheid. Het verlaagt de totale mortaliteit, de kans op diabetes type 2 en verschillende vormen van kanker. Daarnaast vermindert het stress en depressieve klachten. Verschillende kenmerken van de bebouwde omgeving beïnvloeden lichaamsbeweging. Deze komen terug in onderstaande criteria.

### 1. Het bevorderen van lichaamsbeweging

*Denk hierbij aan:*

Het verbinden van straten (incl. voetgangers- en fietsnetwerken) met directe routes naar bestemmingen.

Een aantrekkelijk straatbeeld en uitnodigend ontwerp voor voetgangers en fietsers (bv. aangenaam landschap, passende voorzieningen en beschutting tegen het weer).

Een aantrekkelijk en uitnodigend straatbeeld voor sporters (bijv. hardlopen, fitness, skeelers, skateboards).

Universeel toegankelijke voetgangersgebieden (zoals publieke pleinen en paden) ontworpen voor de meest uiteenlopende potentiële gebruikers zoals ouderen, kinderen en multiculturele groepen.

Sport en speeltoestellen.

### 2. Het bevorderen van wandelen, fietsen en actief transport

*Denk hierbij aan:*

Wandel- en fietspaden en de verbinding van het plangebied met andere 'levendige plekken' zoals winkelcentra en woongebieden, maar ook met het bestaande netwerken met belangrijke bestemmingen zoals station, sportvelden en andere wijken.

Snelfietsroutes (voor e-bikes)

Comfortabele paden voor langzaamverkeerdeelnemers in verschillende richtingen met bankjes langs de paden. Veilige wandel- en fietspaden, o.a. verkeersremmende maatregelen, zo min mogelijk kruisend verkeer, verplichting en vrij van obstakels.

Comfort en beleving, zoals het vermijden van drukke kruisingen, goed zicht op drukke plekken, ruimte tussen autoverkeer en wandelzones.

Stimuleren en prioriteren van fietsen: o.a. fietsdelen, faciliteiten zoals fietsreparatiemogelijkheden en voldoende, veilige, aantrekkelijke en comfortabele stallingsmogelijkheden nabij. Brede en directe fietspaden ver genoeg van geparkeerde auto's.

### 3. Het aantal parkeerplaatsen verminderen

### 4. Aandacht voor de veiligheid van drukke wegen die de school van andere wijken scheidt en aandacht voor druk wandel-, fiets- en autoverkeer

### 5. Openbaar vervoer verbindingen om de locatie te verbinden met de bredere omgeving

## **Thema 2: Ontmoeting en inclusie**

Het ontmoeten van andere mensen en het aangaan van sociaal contact draagt bij aan een betere fysieke en mentale gezondheid. Sociale verbindingen kunnen ontstaan uit spontane ontmoetingen (zoals in parken of tijdens het boodschappen doen) of gestructureerde ontmoetingen (deelnemen aan geplande, zoals bij buurtactiviteiten of sportclubs). Sterke sociale verbondenheid is gerelateerd aan lagere incidentie van chronische ziekten, depressie, angst en stress-stoornissen, suïcide en overmatig drankgebruik.

### **1. Toegang tot het plein voor inwoners en gebruikers, met sport en recreatieve faciliteiten**

*Denk hierbij aan:* comfortabel en veilig bereikbaar plein (inclusief de recreatieve faciliteiten) voor voetgangers en fietsers. Vermijden van conflicten tussen voetgangers en fietsers enerzijds en autoverkeer anderzijds bij het plein en gebouwen. Plekken om te rusten, stille en intieme plekken, plekken om samen te komen, drinkfonteinnetjes en schaduw. De toegankelijkheid van het plein, ook tijdens de ontwikkeling ervan. De integratie van het plein in andere vormen van gebruik zoals commercieel, gemeenschappelijke faciliteiten zoals bibliotheken, buurthuizen, scholen en kinderopvang.

### **2. Ontmoetingsplekken op straat**

*Denk hierbij aan:* Voldoende plekken om te ontmoeten. Plekken om te ontmoeten met verschillende soorten mensen. Plekken om te ontmoeten op verschillende tijdstippen, seizoenen en weersomstandigheden.

### **3. Openbare kunst**

### **4. Het lokale karakter in het ontwerp van het plein en behoud van elementen van betekenis of culturele waarde**

*Denk hierbij aan:* Meedenken in het ontwerp en beheer van de publieke ruimte door gebruikers. Inrichting van het plein zodat het buurt evenementen faciliteert.

### **5. Een beschrijving van hoe het plein en de faciliteiten die het biedt worden gefinancierd, inclusief het onderhoud**

### **6. Middelen om activiteiten en evenementen mogelijk te maken en de ontwikkeling van buurtorganisaties te stimuleren**

### **7. De geschiktheid van het plein en de faciliteiten voor verschillende subgroepen in de populatie**

## Thema 3: Sociale veiligheid

De sociale veiligheid beïnvloedt het gebruik van de openbare ruimte, en daarmee dus ook ontmoeting en lichaamsbeweging.

### 1. Veiligheid en preventie van criminaliteit

#### 2. 'Natuurlijk toezicht' en duidelijke zichtlijnen

*Denk hierbij aan:* Toezicht vanuit aangrenzende panden of straten. Ontwerp dat het onmogelijk maakt om je te verbergen. Verbetering van zichtbaarheid door het juiste hekwerk, straatbeeld en landschap. Geschikte verlichting. Gemakkelijk bereikbare veilige plekken in de buurt.

#### 3. Veilige en gemakkelijke verplaatsing

*Denk hierbij aan:* Simpele en logische inrichting. Gemakkelijke orientatie in het gebied door overzicht. De herkenbaarheid en toegankelijkheid van de in- en uitgang van het gebouw.

#### 4. Gemengd gebruik van het gebied

*Denk hierbij aan:* Aanjagers van actief gebruik en gemengd gebruik in het gebied en openbare gebouwen, zoals scholen en winkels. De geschiktheid van de verschillende vormen van het gebruik van het gebied. Eventuele mogelijkheden voor nachtelijk gebruik van het gebied.

#### 5. Duidelijkheid voor gebruikers waarvoor en door wie het gebied gebruikt kan worden (privaat, publiek, of gemeenschappelijk)

#### 6. Het niveau van onderhoud

#### 7. Eenvoudig toezicht op de speelplekken voor ouders/verzorgers, waar nodig met zitmogelijkheden

#### 8. Een eventueel alcoholverbod in het gebied

## Thema 4: Samenwerken aan een gezonde leefomgeving

De mogelijkheid voor bewoners om mee te denken over beslissingen die hun leefomgeving en hun leven beïnvloeden zijn essentieel voor de psychologische gezondheid.

### 1. Betrokkenheid van de lokale gemeenschap bij het plan (zowel in het ontwerp van de ruimte, implementatie van het plan, als het beheer van de ruimte)

*Denk hierbij aan:* Alle bewoners kunnen meepraten (jong en oud, arm en rijk, hoog- en laagopgeleid). Actief samenwerken van organisaties (zoals gemeente, zorginstellingen, welzijnswerk en woningcoöperaties) met buurtbewoners.