Manifest voor Buitenspelen

Buitenspelen, het ingrediënt voor een gezonde en een gelukkige jeugd



ruimte voor de jeugd



ruimte voor de jeugd

Platform Ruimte voor de Jeugd (RvdJ) is een interdisciplinair netwerk van deskundigen op het gebied van jeugd, (natuurlijk) spelen, speelgoed, gezondheid, welzijn, onderwijs, kinderopvang, sport, verkeer, stedenbouw en jeugdbeleid

www.ruimtevoordejeugd.nl



Buitenspelen en bewegen zijn essentieel voor de gezondheid, de ontwikkeling en het welbevinden van het opgroeiende kind. Maar hoe belangrijk ook, steeds minder kinderen spelen nog regelmatig buiten. En steeds meer kinderen kampen met gezondheidsproblemen.

Buitenspelen werkt preventief en kostenbesparend. Het is het ingrediënt voor een gelukkige en gezonde jeugd.

Wat kunnen gemeenten doen om buitenspelen te stimuleren?

- Neem buitenspelen op in de planvorming bij stedelijke programmering.
- Formuleer kwantitatieve en kwalitatieve richtlijnen voor spelen, als onderdeel van de referentienormen voor andere maatschappelijke voorzieningen
- Verbind sociale en fysieke opgaven. Maak slimme combinaties tussen groen, gezondheid, spelen, klimaat en inclusie.
- Ondersteun de begeleiding en programmering van speel- en beweegactiviteiten.
- Geef kinderen een stem.

Zo kan uw gemeente echt verschil maken in het leven van kinderen.

Platform Ruimte voor de Jeugd

Ruimte voor de Jeugd is het interdisciplinaire platform voor spel en speelruimte voor kinderen en jongeren. https://ruimtevoordejeugd.nl/



Waarom inzetten op buitenspelen?

Buitenspelen is essentieel voor elk kind
Buitenspelen en bewegen is essentieel voor elk kind. Elk kind doet het van nature. Spelen is plezier hebben. Daarnaast is spelen onmisbaar voor de cognitieve, sociale en motorische ontwikkeling. Spelen is voor een kind oefenen op het leven als volwassene. Buitenspelen leert een kind risico's inschatten en leert het grenzen kennen en verleggen.

Buitenspelen staat onder druk
Uit onderzoek van Jantje Beton blijkt dat 416.000 kinderen (32%) van de kinderen van 6 tot 12 jaar in hun vrije tijd nooit of bijna nooit buitenspelen zonder volwassene in de buurt. De redenen? Schermpjes natuurlijk, maar ook minder vrije tijd, geen of saaie buitenspeelruimte, slecht weer, geen stimulans van de ouders, geen andere kinderen op straat om mee te spelen.

Gezondheid jeugd gaat achteruit
Intussen verschijnt het ene na het andere onderzoek dat laat zien dat een flink deel van de Nederlandse jeugd kampt met gezondheidsproblemen. Bij bijna 20% van de kleuters signaleren onderzoekers een zorgwekkende achterstand in motorische ontwikkeling. Het aantal kinderen met een allergie neemt toe. Bijna 40% van de jeugd beweegt te weinig, circa 15% heeft overgewicht en een derde is bijziend. Ook voelen kinderen en jongeren zich vaker eenzaam en lopen ze mentaal vast. De kosten voor de jeugdzorg rijzen de pan uit, de wachtlijsten groeien maar door.

Buitenspelen werkt preventief en kostenbesparend
Met het ravijnjaar voor de boeg zal de uitdaging groot zijn om de gemeentelijke begroting sluitend te krijgen. De hoge kosten voor onder meer jeugdzorg en een krimp van het gemeentefonds dwingen gemeenten om kritisch naar het huishoudboekje te kijken. Verschraling van voorzieningen dreigt, ook voor onderwijs, speel- en sportvoorzieningen.

Buitenspelen draagt juist bij aan de fysieke en mentale gezondheid van kinderen. Uit onderzoek blijkt dat de opbrengsten van sport en bewegen 2,76 maal groter zijn dan de investeringen. Buitenspelen werkt preventief en kostenbesparend. Het is het medicijn voor een gelukkige en gezonde jeugd.



Hoe kunnen gemeenten buitenspelen stimuleren?

Neem buitenspelen op in de planvorming bij stedelijke programmering
Nederland heeft een enorme woningbouwopgave van ca. 900.000 woningen tot 2030. En meer woningen betekent ook meer voorzieningen zoals scholen, kinderopvang, winkels, zorgvoorzieningen en parkeerplekken. Ook openbare ruimte is onmisbaar, als plek waar bewoners kunnen sporten, spelen en bewegen en elkaar ontmoeten. De druk op de hoeveelheid ruimte is dus groot.

Dit vraagt om stedelijke programmering waarbij diverse opgaven - zoals bewegen, spelen, ontmoeten en groen - worden gecombineerd tot een beweegvriendelijke openbare ruimte met bijzondere aandacht voor buitenspelen. Dit mag geen sluitpost zijn, maar moet al bij de eerste schetsen worden opgenomen in de planvorming. Zo draagt stedelijke programmering bij aan een gezonde leefomgeving.

In Amsterdam zijn Twaalf logische principes voor een gezonde stad geformuleerd, vanuit de vraag: 'Wat kunnen we als stedenbouwers en planologen doen om bij te dragen aan de gezondheid van alle Amsterdammers?'

Formuleer kwantitatieve en kwalitatieve richtlijnen voor spelen
Om spelen en bewegen te waarborgen bij stedelijke programmering is het van belang richtlijnen op te stellen voor de hoeveelheid benodigde ruimte en de inrichting, in samenhang met de referentienormen voor andere maatschappelijke voorzieningen. In meerdere gemeenten zijn goede voorbeelden te vinden hoe je met een integrale aanpak de leefomgeving gezonder kunt maken.

Leiden stelt speel- en beweegruimte veilig via een richtlijn: 10% van het totale oppervlak in elke buurt moet geschikt zijn als potentiële speel- en beweegruimte. De tien Leidse Beweegsleutels geven richting aan de inrichting van die ruimte.

Utrecht hanteert de Utrechtse barcode voor gezond stedelijk leven: 'de optelsom van alle (programma)elementen die de stad vormen: groen, wonen, werken, maatschappelijke voorzieningen, sport, energie, water en infrastructuur.'

Verbind sociale en fysieke opgaven: spelen, gezondheid, groen, klimaat, inclusie
Minder ruimte en meer opgaven vragen om slimme combinaties om zo tot een inclusieve speel- en beweegvriendelijke openbare ruimte te komen. Verbind doelstellingen op het gebied van spelen, gezondheid, groen, klimaat en inclusie. Een buitenruimte die groen en toegankelijk is, nodigt uit tot spelen en bewegen voor iedereen, vergroot de weerbaarheid, draagt bij aan de ontwikkeling van kinderen en aan gelijke kansen. Daarnaast draagt een groene omgeving bij aan klimaatdoelstellingen en biodiversiteit en fungeert als waterberging.

In het project Gezonde Buurten werken Jantje Beton, IVN Natuureducatie en JOGG samen met bewoners, van jong tot oud, om een groene plek te creëren waar ruimte is voor spelen, ontmoeten, bewegen en rust.

Gemeenten, provincies en waterschappen helpen scholen bij de aanleg van groen-blauwe schoolpleinen. Goed voor natuurbeleving en spelplezier én een bijdrage aan klimaatadaptatie en biodiversiteit.

Met de Samenspeelbril kijk je naar de fysieke speelomgeving én naar de sociale kant van spelen. Zo zie je de samenspeelkansen en belemmeringen van kinderen met en zonder beperking.



Ondersteun speel- en beweegactiviteiten
Een beweegvriendelijke omgeving is niet altijd voldoende om buitenspelen te stimuleren. Het is ook een sociale opgave. Daarom is het belangrijk om ook in te zetten op de begeleiding en programmering van activiteiten en ontmoeting.

Het vrijwillig jeugdwerk – denk aan speeltuinen, scouting, kindervakantiewerk - bereikt zo'n twee miljoen kinderen en is van onschatbare waarde voor zowel kinderen als vrijwilligers, ouders en de samenleving. Vanuit wijkcentra is er kinder- en jongerenwerk, in buurten zijn Buurtsportcoaches, Buitenspeelcoaches en Speeltuinbendes actief. Het is van groot belang dat deze activiteiten kunnen rekenen op ruimhartige steun van de gemeente.

Geef kinderen een stem
Bij alles wat de gemeente onderneemt en wat raakt aan het leven van de jongste bewoners is het van groot belang om de stem van kinderen en jongeren te horen en mee te nemen in de besluitvorming. Zéker als het gaat over participatie- en inspraaktrajecten rond de inrichting van de openbare ruimte en de ruimte voor buiten spelen, is het noodzakelijk dat de jeugd volwaardig kan meepraten en meebeslissen. Op structurele basis zijn kinder- en jongerenraden in steeds meer gemeenten ingeburgerd, zoals in Gouda, Apeldoorn en Leiden.



Buitenspelen is hét ingrediënt voor gezonde en gelukkige jeugd.

Platform Ruimte voor de Jeugd



www.ruimtevoordejeugd.nl