



Kernwaarden gezonde leefomgeving

INHOUDSOPGAVE

1 CONTEXT	4	4 WOONOMGEVING	10	BRONNEN	67
Wat is een gezonde leefomgeving?	4				
Wat bedoelen we met 'gezondheid'?	4	5 MOBILITEIT	16	COLOFON	76
Waarom werken aan een gezonde leefomgeving?	4				
Hoe staat 'gezondheid' in de omgevingswet?	4	6 GEBOUWEN	18		
Wat zijn de maatschappelijke opgaven?	4				
2 VERANTWOORDING	6	7 VERDIEPENDE INFORMATIE WOONOMGEVING	21		
		Kinderen groeien op in een rookvrije omgeving	22		
		Voor iedereen zijn er aantrekkelijke plekken	25		
		De leefomgeving draagt bij aan een gezond gewicht	30		
		Wonen en druk verkeer zijn gescheiden	35		
		Functies (wonen, werken, voorzieningen) zijn goed gemengd, overlastgevende bedrijven staan op afstand	38		
3 KERNWAARDEN VOOR EEN GEZONDE LEEFOMGEVING	8	8 VERDIEPENDE INFORMATIE MOBILITEIT	45		
		Actief vervoer (lopen en fietsen) is in beleid	46		
		Tussen kernen zijn goede (e-)fiets- en OV-verbindingen	50		
		9 VERDIEPENDE INFORMATIE GEBOUWEN (WONINGEN, SCHOLEN, ETC.)	54		
		Het binnenklimaat is prettig en gezond	55		
		Minimaal één zijde is aangenaam	59		
		Er zijn voldoende betaalbare levensloopgeschikte woningen	63		

CONTEXT



1 CONTEXT

Aan de slag met het gezonder inrichten van de leefomgeving. Maar, wat verstaan we onder een gezonde leefomgeving en wat staat er over gezondheid in de tekst van de omgevingswet?

WAT IS EEN GEZONDE LEEFOMGEVING?

Door de leefomgeving gezonder in te richten kan veel gezondheidswinst worden geboekt. Een gezonde inrichting van de leefomgeving beschermt tegen negatieve omgevingsinvloeden en bevordert de gezondheid. Een gezonde leefomgeving is een leefomgeving die bewoners als prettig ervaren, waar gezonde keuzes gemakkelijk en logisch zijn, en waar negatieve invloed op gezondheid zo klein mogelijk is.

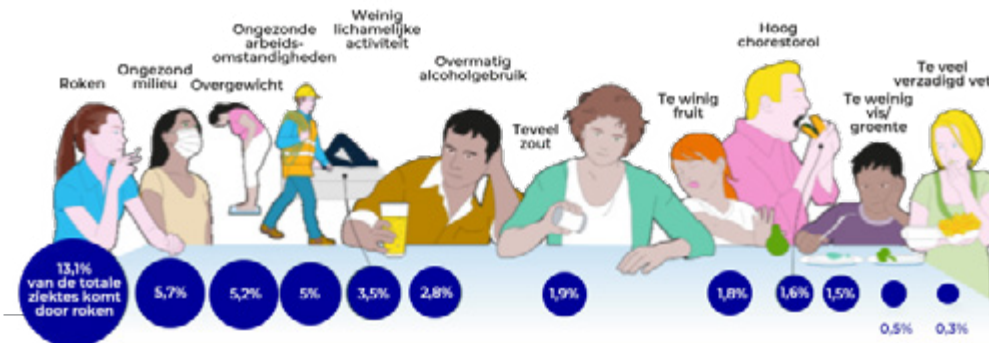
Belangrijke elementen voor een gezonde leefomgeving zijn uitnodigen tot bewegen (wandelen, fietsen, spelen), elkaar ontmoeten, ontspannen, een goede milieukwaliteit (lucht, geluid), klimaatbestendigheid (zoals meer groen voor tegengaan hitte- en wateroverlast) en een goede toegang tot voorzieningen.

WAT BEDOELEN WE MET 'GEZONDHEID'?

De gemeente is mede verantwoordelijk voor de publieke gezondheid. Publieke gezondheid richt zich op het door preventie tegengaan van lichamelijke of psychische ziekte en het bevorderen van het lichamelijk, psychisch en mentaal welbevinden, maar ook op het vermogen om je eigen regie te voeren in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven (ook bekend onder de noemer 'positieve gezondheid'). Zorg voor de publieke gezondheid is vastgelegd in de Wet publieke gezondheid (Wpg).

WAAROM WERKEN AAN EEN GEZONDE LEEFOMGEVING?

De gezondheid van mensen wordt door veel factoren beïnvloed, zowel in positieve als negatieve zin. Onderstaand figuur laat de belangrijkste negatieve factoren zien.



De leefomgeving speelt bij veel van deze factoren een rol. Zoals u ziet is in Nederland gemiddeld bijna 6% van de ziektelast toe te schrijven aan milieufactoren. Lokaal kan dit flink variëren, zo tussen de 4 en 14%. Ook bij factoren zoals overgewicht, weinig lichamelijke activiteit, eetgedrag en roken speelt de omgeving een belangrijke rol.

HOE STAAT 'GEZONDHEID' IN DE OMGEVINGSWET?

De Omgevingswet biedt kansen om aan een gezonde leefomgeving te werken. Het bereiken en in stand houden van een veilige en gezonde fysieke leefomgeving en een goede omgevingskwaliteit is namelijk één van de maatschappelijke doelen van de Omgevingswet (zie ook: <https://aandeslagmetdeomgevingswet.nl/regelgeving/uitgangspunten-en-doelen-omgevingswet/>). De Omgevingswet biedt gemeenten en provincies de mogelijkheid om expliciet en vroegtijdig gezondheid en veiligheid te betrekken bij ruimtelijke planvorming. De nationale overheid schrijft minder voor, gemeenten krijgen tegelijkertijd meer ruimte en mogelijkheden om lokale afwegingen te maken. Zo kunnen ze beter rekening houden met regionale verschillen in bijvoorbeeld bevolking of gezondheid.

WAT ZIJN DE MAATSCHAPPELIJKE OPGAVEN?

Versillende maatschappelijke opgaven vragen om een integrale aanpak. De Volksgezondheid Toekomst Verkenning (VTV) geeft inzicht in de belangrijkste toekomstige maatschappelijke opgaven op het gebied van ziekte en gezondheid, gezondheidsdeterminanten, preventie en gezondheidszorg in Nederland. Het gaat bijvoorbeeld om toenemende vergrijzing, beleid in krimpgebieden en sociaal economische gezondheidsverschillen. Zie www.vtv2018.nl. Daar zijn een trendscenario en themaverkenningen, o.a. over de bredere determinanten van gezondheid, beschikbaar.



VERANTWOORDING



en hoe verder hij
des te lan
was zijn terug

cc

2 VERANTWOORDING

De kernwaarden zijn bedoeld voor alle professionals die aan de slag willen met gezondheid in omgevingsbeleid. De beste resultaten worden behaald door zoveel mogelijk samen te werken met planologen, ontwerpers, milieukundigen, gezondheid en andere disciplines aan het gezonder inrichten van de leefomgeving.

De Kernwaarden geven handvatten om in gesprek te gaan met of binnen gemeenten over een gezonde leefomgeving. Het zijn waarden die idealiter in elk ruimtelijk plan aan de orde komen. Bij iedere kernwaarde worden voorbeelden gegeven van mogelijke maatregelen. De meeste winst wordt behaald met een combinatie van maatregelen die op meerdere onderdelen positief uitwerken, voor lucht en geluid, leefstijl, sociaal, veiligheid, etc. De lijst met maatregelen is niet compleet, allesomvattend of vaststaand, en is vooral bedoeld ter inspiratie. De meest effectieve advisering wordt behaald door mee te denken, samen te werken met andere disciplines en organisaties en bovenal maatwerk te leveren. Dit kan betekenen dat de kernwaarden worden aangepast aan een specifieke situatie, bijvoorbeeld in landelijk of stedelijk gebied.

De kernwaarden zijn opgesteld door de werkgroep Ruimtelijke Ordening van GGD GHOR Nederland Vakgroep Milieu en Gezondheid, in samenwerking met het RIVM en vele andere GGD-collega's. De kernwaarden zijn gebaseerd op diverse werksessies met, en input van, deskundigen uit de werkvelden Gezondheid en Milieu, Gezondheidsbevordering en Gezondheidsbeleid. De kernwaarden zijn op 9 februari 2018 vastgesteld door de DPG-raad van GGD GHOR Nederland.

De kernwaarden richten zich op een thema en beleidsgebied dat volop in ontwikkeling is. Er is daarom gekozen voor een levend document dat tussentijds aangevuld, verbeterd en aangepast kan worden. De laatste versie is steeds beschikbaar via www.ggdghorkennisnet.nl.

Ook uw suggesties ter verbetering van dit levend document zijn welkom! Legt u daartoe contact met de werkgroep via postbus@ggdghor.nl of cgm@rivm.nl.



KERNWAARDEN



3 KERNWAARDEN VOOR EEN GEZONDE LEEFOMGEVING

De Kernwaarden geven handvatten om met gemeenten en anderen in gesprek te gaan over een Gezonde Leefomgeving. Het is een set van waarden die idealiter in elk ruimtelijk plan of –beleid aan de orde komen. In separate hoofdstukken zijn context, aanleiding en gezondheidskundige verantwoording beschreven (hoofdstuk 1 en 2). Principes en maatregelen die kunnen bijdragen aan het realiseren van de kernwaarden zijn verder uitgewerkt (hoofdstuk 4, 5 en 6). De onderbouwing van de kernwaarden en beschreven maatregelen kunt u nalezen in de daaropvolgende hoofdstukken. Ook is een visuele uitwerking van de kernwaarden beschikbaar in de vorm van praatplaten aan het eind van de hoofdstukken 4, 5 en 6.

De Kernwaarden voor een Gezonde Leefomgeving zijn niet compleet, allesomvattend of vaststaand, en zijn zo ook niet bedoeld. De meest effectieve advisering wordt namelijk behaald door mee te denken, samen te werken met andere disciplines en organisaties en bovenal maatwerk te leveren. Dit kan ook betekenen dat de kernwaarden worden aangepast in een specifieke situatie, bijvoorbeeld in landelijk of stedelijk gebied. De verschillende kernwaarden hebben daarnaast onderlinge verwantschap, het wordt aangeraden deze verwantschap ook bij de uitwerking in concrete maatregelen te onderkennen. Verder kunnen maatregelen in de fysieke ruimte en meer sociale initiatieven (organisatie van activiteiten, educatie, etc) elkaar vaak versterken.

WOONOMGEVING



4 WOONOMGEVING

KINDEREN GROEIEN OP IN EEN ROOKVRIJE OMGEVING

Roken is verreweg de belangrijkste oorzaak van sterfte en ziekte. Meeroken door kinderen heeft een nadelige invloed op de ontwikkeling van de longen en geeft een verhoogde kans op luchtweginfecties, op hoesten en het ontwikkelen van astma. De fysieke en sociale omgeving spelen een rol in tabakspreventie door te beschermen tegen meeroken en tegelijkertijd uit te dragen dat de norm 'niet roken' is. Genoemde maatregelen beperken ook de blootstelling van volwassen meerokers en ontmoedigen bovendien het roken. Ook rook van houtkachels, open haarden, terraskachels en vuurkorven bevat schadelijke en kankerverwekkende stoffen en kan tot overlast leiden. Mensen met bestaande luchtwegaandoeningen, hart- en vaatziekten, ouderen en kinderen kunnen eerder klachten ontwikkelen door blootstelling aan houtrook, ook bij kleine hoeveelheden.

VOOR IEDEREEN ZIJN ER -DICHTBIJ EN TOEGANKELIJK- AANTREKKELIJKE PLEKKEN

Waar we onze tijd doorbrengen heeft een belangrijk effect op onze kwaliteit van leven. Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en de verdere omgeving (bijvoorbeeld stad of platteland) en vereist maatwerk. Door de plekken voldoende dichtbij en voor iedereen, ook kwetsbare mensen, gemakkelijk toegankelijk te maken, kunnen zij goed gebruikt worden. Aantrekkelijk ingerichte plekken dragen bij aan het verminderen van de kans op eenzaamheid en stressgerelateerde klachten en dragen bij aan de fysieke fitheid, sociale cohesie en kwaliteit van leven.

DE LEEFOMGEVING DRAAGT BIJ AAN EEN GEZOND GEWICHT

Bijna de helft van de Nederlanders van 18 jaar en ouder heeft overgewicht en een op de drie beweegt weinig. Overgewicht hangt samen met tal van ziekten. Het risico op ziekten en aandoeningen zoals diabetes en hart- en vaatziekten wordt groter naarmate de buikomvang toeneemt. De leefomgeving bepaalt vaak direct of gezond gedrag mogelijk is. Het kan gezond gedrag bevorderen of juist belemmeren. In een obesogene omgeving eten mensen teveel en ongezond en bewegen te weinig. Dit draagt bij aan het probleem van overgewicht. Door de leefomgeving zo in te richten dat een actieve leefstijl (zoals fietsen, traplopen, buitenspelen) wordt gestimuleerd en dat gezonde voeding de makkelijke, logische keuze is, worden problemen rond overgewicht tegengegaan. Het gaat daarbij ook om zaken als een gezond voedingsaanbod op en rond scholen, sportterreinen en andere gemeentelijke voorzieningen.

WONEN EN DRUK VERKEER ZIJN GESCHIEDEN

Intensief verkeer geeft veel lawaai en luchtverontreiniging. Langdurig verblijven nabij drukke wegen (bijv. woning, school, kinderdagverblijf, verzorgingshuis) geeft een verhoogd risico op hart- en vaatziekten en luchtwegaandoeningen. De groei van kinderlongen op dergelijke plekken blijft achter. Het horen van te veel of ongewenst geluid kan niet alleen onprettig zijn, het kan ook gezondheidsschade toebrengen. Zo slapen sommige mensen slecht vanwege geluidsoverlast of krijgen ze een hoge bloeddruk en kan geluid de kans op een hartinfarct vergroten. Drukke verkeerswegen kunnen daarnaast ook een geografische barrière vormen en leiden tot (verkeers)onveilige situaties.

FUNCTIONIES (WONEN, WERKEN, VOORZIENINGEN) ZIJN GOED GEMENGD, OVERLASTGEVENDE BEDRIJVEN STAAN OP AFSTAND

Een goede menging van functies zorgt voor een prettige woon- en werkomgeving gedurende de hele dag. In een buurt waar wonen, werken en een gevarieerd aanbod van voorzieningen (op het gebied van zorg, winkelen, ontspanning, ontwikkeling) goed gemengd zijn, wordt meer bewogen omdat zij lopend of met de fiets bereikbaar zijn. Dit zorgt er voor dat meer mensen de auto laten staan (en dus minder luchtverontreiniging, geluidsoverlast en verkeersproblemen). Goede functiemenging draagt tenslotte bij aan levendigheid en het ontmoeten van buurtgenoten. Woningen kunnen de ontwikkelingsruimte voor industriële of agrarische bedrijven beperken. Dergelijke bedrijven kunnen (bijv. door uitstoot van geur, geluid, stoffen) overlast, veiligheidsrisico's en gezondheidsrisico's met zich meebrengen. Dienstverlenende en MKB-bedrijven zoals bijv. detailhandel kunnen de levendigheid van een buurt juist vergroten en zorgen voor werkgelegenheid, waarbij aandacht voor de 'menselijke maat' van belang is om overlast te voorkomen.

[Verdiepende informatie](#)

Praatplaat gezonde leefomgeving: buurt 1 en 2 op de volgende pagina's

Praatplaat gezonde leefomgeving: regio

PRAATPLAAT BUURT_1



PRAATPLAAT BUURT_2



PRAATPLAAT REGIO



Overdag wordt het gebruik van zonnepanelen

Speelplaats voor kinderen

Overdag wordt het gebruik van zonnepanelen

Op een fietsenstalling kan de fiets



MOBILITEIT



5 MOBILITEIT

ACTIEF VERVOER (LOPEN EN FIETSEN) IS IN BELEID, ONTWERP EN GEBRUIK DE STANDAARD

Lopen of fietsen in plaats van met auto of OV is gezonder en beter voor de omgeving. Dit moet centraal uitgangspunt zijn in beleid en ontwerp. Door voor dagelijkse verplaatsingen, naar werk, school en winkel, te fietsen en lopen kan iedereen voldoen aan de nationale beweegnorm. Hierbij is het nodig oog te hebben voor de behoeften van kwetsbare groepen zoals ouderen, kinderen en mensen die niet goed ter been zijn. Voor langere afstanden kan dit in combinatie met OV. Dat maakt fitter en voorkomt onder meer overgewicht en stressgerelateerde klachten. Uitstoot en lawaai van gemotoriseerd verkeer wordt voorkomen met daardoor minder hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Actief vervoer heeft geen negatieve invloed op het klimaat. Niet parkeren op straat en minder auto's geven bovendien ruimte voor een aangename leefomgeving.

TUSSEN KERNEN ZIJN GOEDE (E-)FIETS- EN OV-VERBINDINGEN

Met goede verbindingen voor (elektrische) fiets en openbaar vervoer tussen kernen (wijken, steden, dorpen) is autogebruik veelal onnodig. Een goede OV- en fietsverbinding tussen kernen stimuleert het lopen en fietsen in de nabije omgeving. Minder automobiliteit voorkomt uitstoot en lawaai van gemotoriseerd verkeer met daardoor minder hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Het heeft minder negatieve invloed op het klimaat en draagt ook bij aan een gezonde woonomgeving. Voorwaarde is wel dat het OV netwerk goed toegankelijk is voor iedereen, ook ouderen en mensen die minder goed ter been zijn. Om (e-)fiets en OV een alternatief voor dagelijks vervoer over de middellange afstand te laten zijn, moeten zij elkaar goed aanvullen. OV-verbindingen kunnen directer en sneller wanneer er goede fietsvoorzieningen zijn bij haltes en stations, zoals veilige fietsenstallingen, en goed aansluiten op het fietsnetwerk van bijvoorbeeld fietssnelwegen.

[Verdiepende informatie op pagina 45](#)



GEBOUWEN



6 GEBOUWEN

HET BINNENKLIMAAT IS PRETTIG EN GEZOND

Mensen zijn veel in gebouwen en circa 70% van de tijd in hun eigen woning. Daarom is het voor iedereen belangrijk dat het binnenklimaat prettig en gezond is. Hetzelfde geldt voor gebouwen zoals scholen, kinderdagverblijven, verpleeg- en verzorgingshuizen. Door zorg te dragen voor een prettige temperatuur en luchtvochtigheid, voldoende rust in het gebouw en een goede binnenluchtkwaliteit, kunnen gezondheidsklachten die samenhangen met het gebouw worden voorkomen. Het gaat om klachten als vermoeidheid, hoofdpijn, sufheid en slaperigheid. Ook irritatie van ogen, neus en keel treedt op. Systemen voor ventilatie, verwarming en zonwering moeten eenvoudig te bedienen en onderhouden zijn. Schadelijke stoffen zoals koolmonoxide en asbest horen niet in een gezond gebouw. In een prettig gebouw kan men zich bovendien ontspannen en tot rust komen. Daarbij helpt een aangename zijde.

MINIMAAL ÉÉN ZIJDE (GEVEL) VAN EEN WONING IS AANGENAAM

In dorpen en steden biedt de straat (met daarop aanwezig verkeer en aan de straat gelegen bedrijvigheid) naast positieve effecten ook vaak onrust, lawaai en luchtverontreiniging. Minimaal één zijde die rustig is, waar geen geur of geluid van bijvoorbeeld horeca overheerst en met een prettig (zo mogelijk natuurlijk) uitzicht en/of buitenruimte vergroot het wooncomfort. Minder luchtverontreiniging en lawaai beperkt het risico op hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Rust en een natuurlijke omgeving bieden betere mogelijkheden om te ontspannen en te herstellen. Een natuurlijke omgeving maakt bovendien klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), wateroverlast te voorkomen en is goed voor de biodiversiteit.

ER ZIJN VOLDOENDE BETAALBARE LEVENSLOOPGESCHIKTE WONINGEN

De vergrijzing en de wens om langer thuis te blijven wonen hebben gevolgen voor de woningvoorraad en inrichting van buurten. Zo verdubbelt het aantal ouderen (65 jaar en ouder) tot 2040. Dit betekent overal toenemende behoefte aan geschikte woningen voor ouderen. Een levensloopgeschikte woning is een zelfstandige woning die geschikt is (te maken) voor bewoning in alle levensfasen, met minimale fysieke inspanning en minimale kans op ongevallen. Op die manier kunnen ouderen of mensen met een lichamelijke beperking prettig en comfortabel wonen. Men hoeft niet noodgedwongen bestaande sociale contacten te verbreken en de vertrouwde sociale omgeving te verlaten. Door de directe woonomgeving goed in te richten worden ouderen of mensen met een beperking ondersteund om gezond te leven, sociale contacten op te doen en langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Het gaat dan bijvoorbeeld om veilige en aantrekkelijke wandelroutes naar voorzieningen voor dagelijkse behoeften, activiteiten en zorg.

[Verdiepende informatie op pagina 54](#)

Praatplaat gezonde leefomgeving: woning op de volgende pagina

PRAATPLAAT WONING



Actief vervoer

Levensloop geschikte woningen

Binnenklimaat prettig en gezond

Aangename zijde

(Hout) rookvrij



WOONOMGEVING VERDIEPENDE INFORMATIE





7 VERDIEPENDE INFORMATIE WOONOMGEVING

KINDEREN GROEIEN OP IN EEN ROOKVRIJE OMGEVING	22
VOOR IEDEREEN ZIJN ER AANTREKKELIJKE PLEKKEN	25
DE LEEFOMGEVING DRAAGT BIJ AAN EEN GEZOND GEWICHT	30
WONEN EN DRUK VERKEER ZIJN GESCHIEDEN	35
FUNCTIES (WONEN, WERKEN, VOORZIENINGEN) ZIJN GOED GEMENGD, OVERLASTGEVENDE BEDRIJVEN STAAN OP AFSTAND	38

KINDEREN GROEIEN OP IN EEN ROOKVRIJE OMGEVING

Roken is verreweg de belangrijkste oorzaak van sterfte en ziekte. Meerroken door kinderen heeft een nadelige invloed op de ontwikkeling van de longen en geeft een verhoogde kans op luchtweginfecties, op hoesten en het ontwikkelen van astma. De fysieke en sociale omgeving spelen een rol in tabakspreventie door te beschermen tegen meerroken en tegelijkertijd uit te dragen dat de norm 'niet roken' is. Genoemde maatregelen beperken ook de blootstelling van volwassen meerokers en ontmoedigen bovendien het roken. Ook rook van houtkachels, open haarden, terraskachels en vuurkorven bevat schadelijke en kankerverwekkende stoffen en kan tot overlast leiden. Mensen met bestaande luchtwegaandoeningen, hart- en vaatziekten, ouderen en kinderen kunnen eerder klachten ontwikkelen door blootstelling aan houtrook, ook bij kleine hoeveelheden.

MAAK PUBLIEKE RUIMTEN ROOKVRIJ

Zowel roken als meerroken is schadelijk voor de gezondheid. Een rookvrije publieke ruimte beschermt personen tegen onvrijwillige blootstelling en de schadelijke gevolgen van rook. Hoewel de e-sigaret en de waterpijp zonder tabak niet onder het Nederlandse rookverbod vallen omdat ze geen tabak bevatten, gelden de genoemde maatregelen hier wel voor omdat deze producten ook schadelijk zijn voor de gezondheid.

- Stel een rookverbod in op plekken waar kinderen komen (speelplekken, schoolpleinen, pretparken, sportterreinen).
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#), [Gezonde school](#), [Gezonde kinderopvang](#)
- Beperk roken in de publieke ruimte. Begin met het verbieden van roken op plekken waar mensen langere tijd wachten (bijv. bushaltes) of langs moeten (bijv. ingangen), etc.
 - ▶ [Trimbos instituut](#)
- Faciliteer geen rookruimtes in publieke gebouwen. Plekken waar wel gerookt mag worden zijn op (grote) afstand van de ingang.
- Weer tabaksverkoop van plekken waar gemeente iets over te zeggen heeft.

ZORG VOOR EEN OMGEVING DIE ROOKVRIJ GEDRAG BEVORDERT

Reclame kan mensen verleiden tot bepaald gedrag. Het niet zien van personen die roken, en het voorkómen van aanbod en reclame van rookartikelen helpt personen om niet te gaan roken.

- Zorg voor een tabaksvrije zone rondom scholen en sportverenigingen (rookverbod maar ook verkoop en marketing).
 - ▶ [Rookvrije generatie](#)
- Elke vorm van sponsoring en reclame voor tabak in de openbare ruimte is verboden.
 - ▶ [Tabaks- en rookwarenwet](#)

SLUIT AAN BIJ DE CAMPAGNE 'OP WEG NAAR EEN ROOKVRIJE GENERATIE'

Rookvrij opgroeien moet vanzelfsprekend zijn. Ieder kind dat geboren wordt moet de kans krijgen om volledig rookvrij op te groeien. Dit kan in een rookvrije omgeving, zonder verleidingen en met goede voorbeelden om zich heen.

- Rookvrije Generatie Campagne van Hartstichting, KWF en Longfonds: Kinderen moeten in alle fasen van het opgroeien worden beschermd tegen tabaksrook en tegen de verleidingen om te gaan roken. Plannen en materialen beschikbaar via www.rookvrijegeneratie.nl.
 - ▶ [Rookvrije generatie](#), [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

STIMULEER HET STOPPEN MET EN/OF HET NIET GAAN ROKEN

Stoppen met roken vraagt een gedragsverandering. Dit is niet eenvoudig. Programma's kunnen personen ondersteunen om te stoppen met roken en om dat vol te houden. Programma's om weerbaarheid bij jongeren te vergroten kan voorkómen dat zij gaan roken. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Bied erkende interventies aan die voorkómen dat niet-rokende jongeren beginnen met roken, zoals Steun bij Stoppen 1.0 en SmokeAlert.
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente - roken](#)
- Bied erkende interventies aan die personen ondersteunen bij het stoppen met roken, zoals Actie Tegengif en Rookvrij schoolterrein
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente - roken](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het aanbieden van een rookvrije omgeving. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Bied geen rookfaciliteiten aan in en om het eigen gebouw.
- Spreek met rokende medewerkers een rookvrije zone af rondom het eigen gebouw.
- Bied medewerkers een gratis stoppen met roken cursus.

BEPERK HOUTROOK

Door houtrook te beperken worden er minder schadelijke stoffen uitgestoten en wordt hinder ten gevolge van de geur van houtrook beperkt. Dit draagt bij aan de kwaliteit van de leefomgeving en het welbevinden.

- Stook niet in een stedelijke omgeving (inclusief terrashaarden en vuurkorven).
 - ▶ [GGD A'dam - houtrook](#)
- Verbied rookgaskanalen in nieuwe woningen.
 - ▶ [GGD standpunt - houtrook](#)
- Verleen geen subsidies (i.h.k.v. duurzame energie) aan pelletkachels of andere manieren van houtstook.
 - ▶ [GGD standpunt - houtrook](#)
- Wijs plekken aan in openbare parken die barbecue-vrij zijn.
- Voer een pilot uit met als doel om inzicht te krijgen in diverse lokale stooksituaties die overlast veroorzaken en om een samenhangend pakket effectieve maatregelen te evalueren. Uitkomsten van een pilot zeggen iets over lokale haalbaarheid van maatregelen en brengen lokale knelpunten in beeld. Het delen van kennis uit de ervaringen vande pilot is belangrijk en kan behulpzaam zijn voor andere gemeenten.
- Meer informatie: www.platformhoutrook.nl

STIMULEER HET MINDER (NIET) HOUT STOKEN EN OPTIMAAL STOKEN

Minder of geen hout stoken of het optimaal gaan stoken vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen

- Geef voorlichting / informatievoorziening over de invloed van houtrook op de luchtkwaliteit en gezondheid.
 - ▶ [GGD A'dam - houtrook](#)
- Geef tips aan stokers om optimaal te stoken en overlast te voorkomen.
 - ▶ [RIVM toolkit - houtrook](#)
- Waarschuw wanneer weersomstandigheden ongunstig zijn voor houtstook.
 - ▶ [Stookwijzer](#), [Stookalert](#)
- Stookcursus verplicht stellen bij aanschaf van een kachel om stookgedrag en het gebruik van stookhout te optimaliseren.

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het voorkómen en verminderen van houtrook. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Plaats geen vuurkorven of barbecues met kolen bij zelf georganiseerde evenementen.

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Een plek wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)
- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie](#), [Inspiratiegids participatie](#), [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie](#), [Inspiratiegids participatie](#), [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Betrek burgers bij het bepalen van een barbecue-vrije zone in een park.

VOOR IEDEREEN ZIJN ER – DICHTBIJ EN TOEGANKELIJK – AANTREKKELIJKE PLEKKEN

Waar we onze tijd doorbrengen heeft een belangrijk effect op onze kwaliteit van leven. Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en de verdere omgeving (bijvoorbeeld stad of platteland) en vereist maatwerk. Door de plekken voldoende dichtbij en voor iedereen, ook kwetsbare mensen, gemakkelijk toegankelijk te maken, kunnen zij goed gebruikt worden. Aantrekkelijk ingerichte plekken dragen bij aan het verminderen van de kans op eenzaamheid en stressgerelateerde klachten en dragen bij aan de fysieke fitheid, sociale cohesie en kwaliteit van leven.

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en van de verdere omgeving. Een plek wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de wensen en behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (bron: Inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

– Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de ‘handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving’.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie](#), [Inspiratiegids participatie](#), [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de ‘handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving’.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie](#), [Inspiratiegids participatie](#), [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.

▶ [Pharos](#)

– Maak openbaar groen beschikbaar voor zelfbeheer, bijvoorbeeld voor een buurt- of stoeptuin.

▶ [Gemeente Utrecht –groen](#)

– Maak met hardlopers en atletiekverenigingen hardlooproutes in de openbare ruimte

▶ [Hardlopen](#)

MAAK DE PLEK MOOI EN COMFORTABEL

Gebouwen, uitzicht en natuurlijke elementen kunnen helpen om een aantrekkelijke, onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn. Deze kenmerken zorgen er ook voor dat mensen gemakkelijker hun weg kunnen vinden. Een sterke lokale identiteit, bijvoorbeeld door kunst, cultuur of historische gebouwen, zorgt ervoor dat mensen een plek positief ervaren en zich verbonden voelen met de plek. Goede plekken bieden een gevarieerd aanbod aan ontmoetingsplekken waar mensen vanuit de gehele community en vanuit verschillende achtergronden elkaar tegenkomen en elkaar kunnen leren kennen. Dit wordt ook wel 'placemaking' genoemd. Door een plek mooi, prettig en comfortabel in te richten met en voor de mensen, draagt het bij aan sociaal maatschappelijk participeren, kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving.

- Geef straten en pleinen mooi vorm, bijvoorbeeld vanuit cultureel, historisch of functioneel oogpunt.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
 - ▶ [Place standard, De Leefplekmeter](#)
- Heb aandacht voor kunst en cultuur. De vormgeving van de buitenruimte en objecten in de buitenruimte kunnen bijdragen aan beleving en zingeving en het creëren van een identiteit van een plek.
 - ▶ [Place standard, De Leefplekmeter](#)
- Zorg dat mensen graag op een plek willen zijn. Ook in de nacht, in verschillende seizoenen en bij slecht weer. Zorg voor zo min mogelijk negatieve kenmerken zoals leegstaande gebouwen en braakliggende terreinen.
 - ▶ [Place standard, De Leefplekmeter](#)
- Zorg dat mensen zich verbonden voelen met een plek en op deze manier ook met hun buurt en buurtbewoners. Ga daarover in gesprek met bewoners.
- Maak een plek comfortabel, let bijvoorbeeld op zon en wind.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg voor een zachte overgang tussen een gebouw en de straat (bijvoorbeeld door een bankje, plantenbak, etalages, etc).

MAAK DE PLEK VEILIG, SCHOON EN HEEL

Een aantrekkelijke plek is schoon (geen zwerfvuil of hondenpoep) en het straatmeubilair is heel. Alle gebruikers (jong, oud) moeten veilig gebruik kunnen maken van de plek en zich ook veilig voelen. Goede afspraken over beheer, handhaving en toezicht zijn hierbij belangrijk. Draag er zorg voor dat de plek ook voor omwonenden aangenaam blijft en geen overlast veroorzaakt.

- Zorg voor voldoende beheer, betrek waar mogelijk gebruikers.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer](#)
- Regel zo nodig toezicht, betrek waar mogelijk gebruikers.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer](#)
- Breng de veiligheid van een plek in kaart door samen met gebruikers (bewoners, ouderen, jongeren) door een wijk te lopen (wijkshouw).
- Denk ook aan de situatie op andere tijdstippen en andere jaargetijden.
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Vergroot de (beleving van de) veiligheid en ontmoedig asociaal gedrag. Denk hierbij aan zicht vanuit woningen ('keukenraam controle') en goede verlichting.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg voor vandalismebestendige voorzieningen van goede kwaliteit.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Maak hondenbeleid om ontlasting te voorkomen in de openbare ruimte (bijvoorbeeld op stoepen, goten, verblijf- en speelplaatsen).
- Maak singels en vijvers veilig, bijvoorbeeld met schuine taluds en verlaagde oevers.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Bied goede en schone toiletvoorzieningen in de omgeving van ontmoetingsplekken. Dit gaat wildplassen tegen.

MAAK DE PLEK VOOR IEDEREEN TOEGANKELIJK

Aantrekkelijke plekken zijn voor iedereen toegankelijk en veilig te bereiken. Toegankelijk voor kinderen om zelfstandig buiten te spelen, voor ouderen en mensen die minder goed ter been zijn om te kunnen wandelen en bijvoorbeeld voor slechtzienden.

- Zorg voor voldoende routes om te wandelen en fietsen naar en tussen plekken waar mensen graag willen zijn.
- Maak wandel- en fietsroutes aantrekkelijk, veilig en direct, met name voor kinderen, ouderen en andere kwetsbare verkeersdeelnemers (met name in de buurt van scholen en kindvoorzieningen, verzorgingshuizen en ouderenvoorzieningen, etc.).
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#), [Veilig verkeer Nederland](#)
- Organiseer het beheer met aandacht voor toegankelijkheid voor ouderen en hen die minder goed ter been zijn, ook bij winterse weersomstandigheden.
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

BIED STILLE PLEKKEN

Stille plekken zijn belangrijk om de drukte te ontlopen of te 'ontstressen'. Rust in eigen huis is nodig (zie ook Kernwaarde Minimaal één zijde (gevel) van een woning is aangenaam), maar velen vinden ook een rustig plekje niet te ver van huis belangrijk. Stil betekent niet dat er geen geluid is, maar wel dat er prettige en/of neutrale geluiden hoorbaar zijn. Mensen vinden natuurlijke geluiden meestal het prettigst. Vooral in een drukke stad is het bieden van stille plekken van belang.

- Vraag bewoners naar behoefte aan en het gebruik van stille plekken in de buurt. Identificeer stille plekken die behouden moeten worden.
- Bescherm deze stille plekken tegen lawaai door ze op te nemen in het beleid. Creëer stille plekken waar nodig.
- Beperk overheersend verkeerslawaai.

- Voeg natuurlijke elementen toe ten behoeve van soundscaping (gebruik van gewenst geluid en demping van ongewenst geluid).

- Pas stille zijdenbeleid toe op geluidbelaste locaties.
 - ▶ [Richtlijn geluid io](#), [RIVM stille zijde](#)

BIED LEVENDIGE PLEKKEN

Levendige plekken stimuleren het ontmoeten van buurtbewoners en zijn daarmee een middel tegen eenzaamheid en om de sociale cohesie te bevorderen. Levendigheid promoot daarnaast het daadwerkelijke gebruik van een aantrekkelijke plek. Vooral in landelijk gebied is het bieden van levendigheid op een plek van belang.

- Bied voorzieningen om elkaar te ontmoeten, zoals bankjes op pleinen en bij speelplekken, en elementen die als informele zitplaats gebruikt kunnen worden, bijvoorbeeld trappen, brede paaltjes, etc.
 - ▶ [Beweegvriendelijke stad](#)
- Bevorder ontmoeting door regelmatig activiteiten te (laten) organiseren (denk bijvoorbeeld aan een markten, festivals, natuureducatie, etc.)
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

RICHT DE LEEFOMGEVING ZO IN DAT SPORTEN EN SPELEN WORDT GESTIMULEERD

Straten, parken, pleinen en water geven aanleiding tot (ongeorganiseerd) sporten en spelen, bijv. om een rondje te lopen met de hond, in het hardlooprondje wat gymoefeningen op te nemen, verstoppertje te spelen of een eigen spel te verzinnen. Sporten en spelen helpen overgewicht en daarmee samenhangende ziekten zoals hart- en vaatziekten, diabetes en kanker voorkomen. Het is ook goed voor de motorische ontwikkeling van kinderen, bevordert lenigheid en zelfredzaamheid van ouderen en helpt eenzaamheid en isolement te voorkomen. Onder werknemers kan het ziekteverzuim verlagen en werktevredenheid en productiviteit bevorderen.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "De leefomgeving draagt bij aan een gezond gewicht"

BIED NATUURLIJKE OMGEVING (GROEN EN WATER)

Een natuurlijke omgeving kan een positieve invloed hebben op de gezondheid, omdat het mensen stimuleert om te bewegen (helpt tegen overgewicht, hart- en vaatziekten) en ontspanning en rust biedt (helpt bij herstel van stress, aandachtsmoeheid en depressie). Het biedt verder ontmoetingsplekken en maakt klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), schaduw te bieden en wateroverlast voorkomen. Het is belangrijk om bij ontwerpen met groen en water ook aandacht te hebben voor mogelijke risico's.

- Kies (ook) voor een natuurlijke inrichting van openbare ruimte en schoolpleinen
 - ▶ [Amsterdamse beweglogica](#), [Gezond ontwerp wijzer](#), [Inspiratiegids groene gezonde wijk](#), [Handboek speelnatuur](#)
- Maak parken of natuur bereikbaar voor iedereen, op loop- en fietsafstand. Faciliteiten voor fietsparkeren horen daarbij.
 - ▶ [Amsterdamse beweglogica](#), [GGD Haaglanden - groen](#)
- Kies voor een goede mix van groen en water, zodat de omgeving in elk seizoen aantrekkelijk is.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

- Kies planten- en bomensoorten waar weinig mensen allergisch voor zijn en die weinig overlast geven. Let ook op het voorkomen van teken. Teken zitten vooral in hoog gras of tussen dode bladeren, het liefst bij bomen en struiken.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#), [GGD Haaglanden - groen](#)
- Stimuleer het aanleggen van (buurt)moestuinen. Maak afspraken met de gebruikers over het beheer. Houd wel rekening met mogelijke bodemverontreiniging.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#), [Inspiratiegids groene gezonde wijk](#)
- Zorg voor voldoende zitmogelijkheden (in zon en schaduw) in groen en langs water.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Maak terreinen geschikt voor lunchwandelen of hardlopen voor werknemers.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Heb aandacht voor de microbiologische kwaliteit van water in de stad. Doe de waterkwaliteitscheck voor nieuwe en bestaande stedelijk water concepten.
 - ▶ [RIVM waterkwaliteitscheck](#)
- De temperatuur in de stad en de woning kan verlaagd worden door het aanleggen van water en groen - zowel op de grond als op daken en tegen gevels.
 - ▶ [Factsheet hitte Academische Werkplaats Milieu en Gezondheid](#)

ZORG VOOR EEN GOEDE BODEMKWALITEIT

Speelplekken, moestuinen en andere plekken waar contact is met de bodem moeten worden gerealiseerd op een bodem van goede, of voor het beoogd gebruik voldoende kwaliteit. Een bodemverontreiniging met lood kan een gezondheidsrisico vormen voor jonge kinderen. De huidige interventiewaarde bij gevoelige locaties biedt onvoldoende bescherming voor de gezondheid van jonge kinderen. Ook wil je bij gebruik van een park, speelplaats of moestuin geen asbesthoudend materiaal in de bodem tegenkomen.

– Ga na of er verontreinigingen in de bodem aanwezig zijn die een nadelig effect kunnen hebben op de gezondheid. Houd hierbij rekening met het beoogd gebruik van de betreffende locatie.

- ▶ [GGD-richtlijn gezondheidsrisico van bodemverontreiniging](#),
[GGD-richtlijn asbest in bodem](#)

– Let specifiek op verontreinigingen met lood, zeker op plaatsen waar kinderen spelen en bij moes- en volkstuinten. Lood kan ook onder de interventiewaarde gezondheidseffecten veroorzaken

- ▶ [GGD-advies 'lood in bodem en gezondheid'](#),
[Toelichting lood in bodem en gezondheid](#)

STIMULEER HET GEBRUIK VAN DE PLEK

Een plek anders gaan gebruiken vraagt om gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen

– Bied erkende interventies op het gebied van sport en bewegen, zoals 'PLAY-grounds' of 'SLIMMER diabetes voorkomen'.

- ▶ [Loket gezond leven –sport en bewegen](#)

– Bied erkende interventies op het gebied van ontmoeten, zoals 'Kleur je Leven' of 'Sociaal Vitaal'

- ▶ [Loket gezond leven –depressie](#)

– Bied erkende interventies op het gebied van ontspannen, zoals 'Psyfit' of 'Voluit Leven'

- ▶ [Loket gezond leven –depressie](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met aantrekkelijke plekken. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

– Maak in de buitenruimte bij het eigen gebouw aantrekkelijke plekken om te pauzeren of overleggen.

– Stel aantrekkelijke buitenruimte bij het eigen gebouw buiten werktijden ook open voor omwonenden

DE LEEFOMGEVING DRAAGT BIJ AAN EEN GEZOND GEWICHT

Bijna de helft van de Nederlanders van 18 jaar en ouder heeft overgewicht, een op de drie beweegt weinig. Overgewicht hangt samen met tal van ziekten. Het risico op ziekten en aandoeningen zoals diabetes en hart- en vaatziekten wordt groter naarmate de buikomvang toeneemt. De leefomgeving bepaalt vaak direct of gezond gedrag mogelijk is. Het kan gezond gedrag bevorderen of juist belemmeren. In een obesogene omgeving eten mensen teveel en ongezond en bewegen te weinig. Dit draagt bij aan het probleem van overgewicht. Door de leefomgeving zo in te richten dat een actieve leefstijl (zoals fietsen, traplopen, buitenspelen) wordt gestimuleerd en dat gezonde voeding de makkelijke, logische keuze is, worden problemen rond overgewicht tegengegaan. Het gaat daarbij ook om zaken als een gezond voedingsaanbod op en rond scholen, sportterreinen en andere gemeentelijke voorzieningen.

RICHT DE LEEFOMGEVING ZO IN DAT ACTIEF VERVOER (LOPEN EN FIETSEN) WORDT GESTIMULEERD

Lopen of fietsen in plaats van met auto of OV is gezonder en beter voor de omgeving. Dit moet centraal uitgangspunt zijn in beleid en ontwerp. Dagelijks lopen of fietsen naar werk, school en winkel draagt bij aan het voldoen aan de nationale beweegnorm. Hierbij is het nodig oog te hebben voor de behoeften van kwetsbare groepen zoals ouderen, kinderen of mensen die niet goed ter been zijn. Voor langere afstanden kan dit in combinatie met OV.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "[Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard](#)".

RICHT DE LEEFOMGEVING ZO IN DAT SPORTEN EN SPELEN WORDT GESTIMULEERD

Straten, parken, pleinen en water geven aanleiding tot (ongeorganiseerd) sporten en spelen, bijv. om een rondje te lopen met de hond, in het hardlooprondje wat gymoefeningen op te nemen, verstoppertje te spelen of een eigen spel te verzinnen. Sporten en spelen helpen overgewicht en daarmee samenhangende ziekten zoals hart- en vaatziekten, diabetes en kanker voorkomen. Het is ook goed voor de motorische ontwikkeling van kinderen, bevordert lenigheid en zelfredzaamheid van ouderen en helpt eenzaamheid en isolement te voorkomen. Onder werknemers kan het ziekteverzuim verlagen en werktevredenheid en productiviteit bevorderen.

- Spelen kan overal, maak het straatprofiel geschikt (brede stoep) en denk ook aan de verkeersveiligheid (bijv 30 km zone).
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Rotterdam buitenspeelnorm](#)
- Richt parken, pleinen e.d. zodanig in dat zij flexibele gebruiksmogelijkheden stimuleren en eigen invulling en het verzinnen van een spel toelaten.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Platformbuitenspelen](#)
- Sluit braakliggende terreinen niet af en maak deze (tijdelijk) geschikt om te spelen. Voorwaarde hierbij is een voldoende milieukwaliteit (bijvoorbeeld geen lood in de bodem) en veiligheid.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Maak speelplekken niet alleen geschikt, aantrekkelijk en toegankelijk voor kinderen, maar voor iedereen.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Rotterdam buitenspeelnorm,](#)
- Maak speelplekken en schoolpleinen gedurende de hele dag toegankelijk (en schoon, heel en veilig), eventueel door toezicht.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Platformbuitenspelen, Gezond ontwerp wijzer](#)

– Bied voorzieningen voor (niet clubgebonden) sport- en spelactiviteiten.

▶ [Gezond ontwerp wijzer, Amsterdamse beweeglogica](#)

– Bevorder gebruik door regelmatig een gezonde activiteit te (laten) organiseren (denk bijvoorbeeld aan een wandelclub, sportactiviteiten in het park).

▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Bied ruimte aan ongeorganiseerde en niet-clubgebonden sportvoorzieningen in buurten.

▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)

DAAG MENSEN UIT TE BEWEGEN IN EN OM GEBOUWEN

In en om de gebouwen waar mensen een groot deel van de dag zittend doorbrengen, moeten mensen uitgedaagd worden te bewegen. Gebouwen en hun directe omgeving lokken bewegen uit door aandacht te hebben voor de routes (de lijnen waarlangs men beweegt, die de ruimtes in een gebouw verbinden: trappen, gangen, liften), de doelen (strategisch plaatsen van functies of ruimtes in een gebouw waar men verblijft en naar toe beweegt), de gebouwfuncties die een directe relatie hebben met bewegen (bijv. fitnessruimtes, fietsenbergingen en actief kantoor-meubilair) en de directe omgeving

– Leg de focus op de trap in plaats van de lift. Zorg dat eventuele liften en roltrappen een ondergeschikte ruimtelijke positie innemen ten opzichte van de trap (minder goed zichtbaar zijn).

▶ [Amsterdamse beweeglogica, Beweeglogica gebouwen](#)

– Moedig het gebruik van de trap aan door informatieverstrekking en motiverende bewegwijzering aan te brengen op plekken waar gebruikers moeten kiezen tussen de trap en de lift (maak de trap uitnodigend).

▶ [Amsterdamse beweeglogica, Beweeglogica gebouwen](#)

– Zorg dat routes de zintuigen prikkelen. Speel met materialen, transparantie, (dag-)licht, ruimtelijke en programmatische differentiatie om het (trap-)lopen te belonen.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– Beperk roltrappen en meervoudige liften tot plekken met grote publieksstromen.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– Plaats veelgebruikte bestemmingen strategisch in een gebouw om lopen, staan of rolstoelgebruik te bevorderen, plaats deze functies zodanig dat er een (aangename) loopafstand ontstaat.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– Zorg dat gebruikers op de hoogte zijn van bestemmingen in en om het gebouw: maak ze zichtbaar of gebruik (aantrekkelijke) bewegwijzering.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– (Her)overweeg de configuratie en plaatsing van verschillende gebouwfuncties. Door functies centraal te stellen of juist op afstand kan sociaal contact en beweging worden gestimuleerd.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– Activerend meubilair en beweegtoestellen lokken bewegen uit.

▶ [Beweeglogica gebouwen](#)

– In werkgebouwen zijn voorzieningen aanwezig die sporten mogelijk maken of zelfs aanmoedigen. Denk hierbij aan kleedruimten, douches of ruimte om (sport) fietsen te stallen.

▶ [Amsterdamse beweeglogica, Beweeglogica gebouwen](#)

– Collectieve binnenhoven, tuinen, terrassen en daken worden zo ontworpen dat kinderen er kunnen spelen.

▶ [Amsterdamse beweeglogica, Beweeglogica gebouwen](#)

MAAK VOLDOENDE PLEK IN DE BUURT OM (BETAALBAAR) TE SPORTEN

Sporten (in verenigingsverband of anderszins georganiseerd) is een essentieel onderdeel van bewegen. Om iedereen te kunnen laten sporten is er voldoende plek om te sporten bij (sport)verenigingen, -voorzieningen en in het groen, op straten en pleinen. Voor iedereen zijn sportverenigingen, sportscholen en –clubs toegankelijk, betaalbaar en beschikbaar. De sportgelegenheden zitten op de juiste plek dichtbij de doelgroep, zichtbaar en uitnodigend. Sportgelegenheden sluiten goed aan op de wensen van de bewoners uit de buurt.

- Behoud bestaande sportvelden/sportaccommodaties of neem ze op in nieuwe ontwikkelingen. Ze worden niet verdreven naar de randen van de gemeente.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Richt parken zodanig in dat ze sportief gebruik mogelijk maken, waarbij drainage een belangrijk aandachtspunt is.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Bied ‘nieuwe sporten’, zoals streetsports en outdoorclubs de ruimte in parken en zorg voor de nodige voorzieningen, zoals lockers en drinkwaterpunten.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Zorg voor goed onderhoud en beheer van sportplekken, zodat sportvoorzieningen altijd in goede, bruikbare staat zijn.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Betrek sporten in minimabeleid, maak sportverenigingen en faciliteiten (juist) ook betaalbaar voor mensen met een laag inkomen

STIMULEER HET GAAN BEWEGEN

Meer of vaker gaan bewegen vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma’s en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Bied erkende interventies op het gebied van sport en bewegen, zoals ‘PLAY-grounds’ of ‘SLIMMER diabetes voorkomen’.
 - ▶ [Loket gezond leven – sport en bewegen](#)
- Bied erkende interventies op het gebied van overgewicht en bewegen, zoals ‘Realfit’ of ‘Bfit’.
 - ▶ [Loket gezond leven – sport en bewegen](#)

ZORG VOOR EEN GEZOND VOEDINGSAANBOD

Eten is vrijwel overal aanwezig. De omgeving nodigt op ieder moment uit te eten. Lage prijzen, variatie en de veelheid van keuzemogelijkheden dragen hier aan bij. Het verlangen om te eten kan worden aangewakkerd, en ook de daadwerkelijke hoeveelheid kan groter worden. Makkelijk te verkrijgen voedsel kan worden ervaren als moeilijker om te weerstaan. Maatregelen kunnen zich richten op een gezonder aanbod en marketing, waarbij er ook gezonde(re) opties zijn, op het sturen van het aanbod voor specifieke doelgroepen (bijv. kinderen) of op het sturen van het aanbod in of nabij specifieke voorzieningen (bijv. scholen of sportkantines)

- Zorg voor drinkwatertappunten op strategische plekken, zoals bv. bij fiets- of wandelknooppunten, winkelgebieden, speelvoorzieningen en schoolpleinen.
 - ▶ [AAGG](#)
 - ▶ [Gezonde school - water](#)
- Maak het voedselaanbod in school- en sportkantines gezond.
 - ▶ [Gezonde kantine, Team fit](#)
- Zorg dat in de omgeving van scholen zo min mogelijk ongezond aanbod is (verbied of beperk fastfoodketens en snackwagens nabij school), stimuleer een gezond aanbod bij nabijgelegen detailhandel (vraag reeds gevestigde bakkerij om assortiment aan te passen).
 - ▶ [AAGG](#)

- Verbied het aanbieden van ongezonde producten bij een activiteit, instelling of plek bestemd of bedoeld voor kinderen, of waar veel kinderen zijn.
 - ▶ [AAGC](#)
- Verbied ongezonde kindermarketing. Dat betekent geen marketing van ongezonde producten bij een activiteit, instelling of plek bestemd of bedoeld voor kinderen of waarbij het bereik onder kinderen meer dan 25% is.
 - ▶ [AAGC, Stop kindermarketing](#)
- Maak afspraken met vastgoedeigenaren, winkeliersverenigingen en ondernemers over een gezondere aanbod en marketing.
 - ▶ [Ondernemers voor een gezond Amsterdam](#)

STIMULEER HET GEZOND(ER) GAAN ETEN

Gezonder gaan eten vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Bied erkende interventies op het gebied van overgewicht, zoals 'Krachtvoer' of 'SMARTsize'.
 - ▶ [Loket gezond leven – sport en bewegen](#)

ZORG VOOR EEN AANTREKKELIJKE OMGEVING

Waar we onze tijd doorbrengen heeft een belangrijk effect op onze kwaliteit van leven. Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en de verdere omgeving, en vereist maatwerk.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "Voor iedereen zijn -dichtbij en toegankelijk- aantrekkelijke plekken".

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met gezond eten en bewegen. Practice what your preach en geef het goede voorbeeld! (www.gezondewerkvloer.nl)

- Alle activiteiten, instellingen, plekken, etc. die (mede) financiering van de gemeente ontvangen en structureel of incidenteel (b.v. een bijeenkomst) voeding aanbieden, zorgen dat er gezond aanbod is. Dat betekent ook een gezonde bedrijfskantine en gezonde catering van eigen activiteiten.
 - ▶ [AAGC](#)
- Faciliteer sporten door faciliteiten als kleed- en doucheruimten te bieden
 - ▶ [Beweeglogica gebouwen](#)
- Stimuleer sporten door sportfaciliteiten te bieden of nabijgelegen sportfaciliteiten laagdrempelig beschikbaar te maken (bedrijfsuurtje met specifieke les, lunchsport (deels) onder werktijd, korting op lidmaatschap of entree).
- Maak het eigen gebouw beweegvriendelijk.
 - ▶ [Beweeglogica gebouwen](#)
- Faciliteer beweegwerken door sta/zit-bureaus, fietsbureaus, sta-vergaderfaciliteiten etc te bieden
 - ▶ [Beweeglogica gebouwen](#)
- Stimuleer lunchwandelen door een abonnement op een nabijgelegen botanische tuin, dierenpark, beeldentuin, etc.

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Bepaal het gewenst voedsel- en beweegaanbod met gebruikers, het aanbod wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)
- Ondersteund door een app scoren bewoners en gebruikers de kwaliteit van speel- en sportplekken in hun wijk.
 - ▶ [Kijk een gezonde wijk](#)

WONEN EN DRUK VERKEER ZIJN GESCHIEDEN

Intensief verkeer geeft veel lawaai en luchtverontreiniging. Langdurig verblijven nabij drukke wegen (bijv. woning, school, kinderdagverblijf, verzorgingshuis) geeft een verhoogd risico op hart- en vaatziekten en luchtwegaandoeningen. De groei van kinderlongen op dergelijke plekken blijft achter. Het horen van te veel of ongewenst geluid kan niet alleen onprettig zijn, het kan ook gezondheidsschade toebrengen. Zo slapen sommige mensen slecht vanwege geluidoverlast of krijgen ze een hoge bloeddruk en kan geluid de kans op een hartinfarct vergroten. Drukke verkeerswegen kunnen daarnaast ook een geografische barrière vormen en leiden tot (verkeers)onveilige situaties.

HOUD AFSTAND VAN SNELWEG EN DRUKKE STRAAT

Gezondheidsrisico's van omwonenden nemen toe naarmate de afstand tot de weg kleiner is, ook wanneer de luchtkwaliteit daar aan de Europese grenswaarden voldoet. Woningen en voorzieningen waar kinderen, ouderen of mensen met een zwakke gezondheid langdurig verblijven moeten daarom op ruime afstand van drukke wegen worden gerealiseerd (bron: GGD Richtlijn Luchtkwaliteit en Gezondheid).

- Bouw voorzieningen waar langdurig verblijf van kwetsbare mensen plaatsvindt niet binnen 300 m van een snelweg.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Bouw voorzieningen waar langdurig verblijf van kwetsbare mensen plaatsvindt niet in de eerstelijns bebouwing van drukke wegen, waarbij 'druk' is gedefinieerd als een verkeersintensiteit van meer dan 10.000 motorvoertuigen per etmaal. Plan dergelijke voorzieningen liever in een zijstraat of een straat erachter.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Gebruik het scoremodel uit de GGD Richtlijn om de gevoeligheid van bestemmingen te bepalen.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)

- Toch een gevoelige bestemming nabij de snelweg of aan een drukke weg? Let op ventilatie (zie Kernwaarde Binnenklimaat is Prettig en Gezond) en maak een afweging van voor- en nadelen van filtratie. Voor school of kinderdagverblijf: Speelplein aan luwe zijde.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Toch langdurig verblijf? Zorg dat het pand tenminste één aangename (schone, stille, prettige) zijde heeft.
 - ▶ [RIVM stille zijde](#), [GGD richtlijn lucht](#), [GGD richtlijn omgevingsgeluid](#)
- Bundel en orden verkeer: doorgaande routes voor gemotoriseerd verkeer gaan om wijken of kernen heen, niet er doorheen. Voor fietsers en voetgangers is dit juist andersom.
 - ▶ [Amsterdamsebeweeglogica](#), [GGD richtlijn omgevingsgeluid](#)

DRING GEMOTORISEERD VERKEER TERUG

Door de hoeveelheid gemotoriseerd verkeer te beperken wordt er minder luchtverontreiniging uitgestoten, minder geluid geproduceerd en ontstaat er ruimte voor lopen, fietsen en spelen. Door het autobezit te beperken wordt het autogebruik ook teruggedrongen, en ontstaat er bovendien direct meer ruimte.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "[Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard](#)".

MAAK HET (RESTEREND) GEMOTORISEERD VERKEER SCHONER EN STILLER

Waar beperken van gemotoriseerd verkeer (nog) niet tot de mogelijkheden behoort, kunnen maatregelen worden genomen om de uitstoot van lawaai en luchtverontreiniging te beperken.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarden "[Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard](#)".

BEPERK UITSTOOT EN LAWAAI VAN ANDERE VERVOERSTYPES (SPOOR, WATER, LUCHT)

Niet alleen wegverkeer zorgt voor uitstoot van luchtverontreiniging en lawaai, ook treinen, scheepvaart en luchtvaart dragen hieraan bij.

- Stimuleer rust- of stilteperioden gedurende de avond en nacht door (bepaalde) activiteiten in die perioden niet toe te staan.
- Betrek bij het verstrekken van vergunningen ook eisen aan de uitstoot van geluid en luchtverontreiniging van het vervoersmiddel.
- Stimuleer elektrificeren van het spoor op trajecten waar nog dieseltreinen rijden.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Stimuleer het gebruik van stillere remsystemen en glad geslepen wielen bij goederenvervoer per spoor.
 - ▶ [GGD richtlijn omgevingsgeluid](#)
- Bekijk of goederenvervoer (of rangeren) over het spoor via routes kan rijden waarbij gevoelige bestemmingen worden ontzien.
 - ▶ [GGD richtlijn omgevingsgeluid](#)
- Stimuleer schonere en stillere scheepvaart, bijvoorbeeld door richtlijnen bij aanlegplaatsen en subsidies voor retrofitten met roetfilters.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Verstrek walstroom, ook voor (toeristische) grootverbruikers.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)

STIMULEER LOPEN EN FIETSEN

Gaan lopen en fietsen in plaats van zich met auto of OV te verplaatsen vraagt een gedragsverandering. Een integrale aanpak van gedragsverandering richt zich zowel op het individuele gedrag als op de leef-, werk- en woonomgeving. Maatregelen in de leefomgeving moeten daarom bij voorkeur samengaan met andere middelen zoals voorlichting en gedragsveranderingsprogramma's.

Pak dit planmatig aan. Zie voor kennis, materialen en tips het Loket Gezond Leven.

- Bied erkende interventies op het gebied van lopen en fietsen, zoals 'Fietsen scoort' of 'Stap je gezond'.
 - ▶ [Loket gezond leven – sport en bewegen](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met actief vervoer. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Ga uit van actief vervoer voor dienstreizen tot ca 7,5 km. Verstrek goede dienst-fietsen, beperk het gebruik van dienstauto's tot beschreven uitzonderingssituaties en maak het gebruik van de eigen auto voor dienstreizen niet declarabel. (zie Kernwaarde Mobiliteit; e-fiets en OV voor dienstreizen over grotere afstand).
 - ▶ [Tour de force 2020](#)
- Maak in het eigen wagenpark en aanbestedingen (fossiel) gemotoriseerd verkeer een uitzondering. Sta alleen elektrische dienstauto's toe, gebruik deze alleen in beschreven uitzonderingssituaties en hanteer een strikte uitzonderingslijst voor toegestane (fossiel) gemotoriseerde diensten (en een lijst met elektrische alternatieven).

- Ga uit van actief vervoer voor woon-werkverkeer. Beloon alleen actief woon-werkverkeer (evt gecombineerd met e-fiets en/of OV) en bied goede voorzieningen (zoals ruime en veilige fietsenstalling, e-fiets oplaadpunten, douche/omkleedruimte, droogruimte regenpak, reparatie/ bandenplakservice, fietspomp

▶ [Tour de force 2020](#)

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (bron: Inspiratiegids Participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.

▶ [Pharos](#)

FUNCTIONIES (WONEN, WERKEN, VOORZIENINGEN) ZIJN GOED GEMENGD, OVERLASTGEVENDE BEDRIJVEN STAAN OP AFSTAND

Een goede menging van functies zorgt voor een prettige woon- en werkomgeving gedurende de hele dag. In een buurt waar wonen, werken en een gevarieerd aanbod van voorzieningen (op het gebied van zorg, winkelen, ontspanning, ontwikkeling) goed gemengd zijn, wordt meer bewogen omdat zij lopend of met de fiets bereikbaar zijn. Dit zorgt er voor dat meer mensen de auto laten staan (en dus minder luchtverontreiniging, geluidsoverlast en verkeersproblemen). Goede functiemenging draagt tenslotte bij aan levendigheid en het ontmoeten van buurtgenoten. Woningen kunnen de ontwikkelingsruimte voor industriële of agrarische bedrijven beperken. Dergelijke bedrijven kunnen (bijv. door uitstoot van geur, geluid, stoffen) overlast, veiligheidsrisico's en gezondheidsrisico's met zich meebrengen. Dienstverlenende en MKB-bedrijven zoals bijv. detailhandel kunnen de levendigheid van een buurt juist vergroten en zorgen voor werkgelegenheid, waarbij aandacht voor de 'menselijke maat' van belang is om overlast te voorkomen.

VOORZIENINGEN, WONEN EN WERKEN ZIJN GOED GEMENGD

Goed bereikbare voorzieningen, zoals zorg, winkels, ontspanning en scholen, en kleine detailhandel op korte afstand van woningen, stimuleert lopen en fietsen (en zorgt daarmee voor minder autoverkeer). Mensen bewegen daardoor meer. Het is dan wel belangrijk dat loop- en fietsroutes fijnmazig, direct, aantrekkelijk en (verkeers)veilig zijn en dat er geen barrières zijn zoals spoorlijnen of drukke wegen. Een slimme combinatie van functies in ruimte en tijd bevordert het gebruik ervan door meerdere doelgroepen. Functiemenging bevordert ook de sociale cohesie doordat mensen elkaar ontmoeten in de buurt. Dat houdt de buurt levendig, benut de schaarse ruimte optimaal en biedt ook lokaal werk.

– Dagelijkse voorzieningen en activiteiten zijn voor voetgangers en fietsers goed bereikbaar. Zorg voor aantrekkelijke, veilige routes met voldoende rustplekken voor ouderen en andere kwetsbare groepen.

▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)

– Voorzieningen voor kinderen, zoals school en speeltuin, zijn lopend of fietsend bereikbaar .

▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)

– Creëer natuurlijke ontmoetingspunten zoals kleine detailhandel, scholen, speel- en sportvoorzieningen.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Creëer meerwaarde bij het mengen van verschillende functies. Brede scholen vormen bijvoorbeeld een goede combinatie met kinderdagverblijven, gezondheidszorg en woningen.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Gebruik de ruimte meervoudig, bijvoorbeeld met wonen boven winkels en parkeerplaatsen of een garage op het dak of onder een park. Wonen is ook goed te combineren met groen en water.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Gebruik de ruimte dubbel in de tijd: een parkeervoorziening voor woningen én kantoren of een speelvoorziening voor school én buurt.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Creëer sociale wijkvoorzieningen en ontmoetingsplaatsen, met activiteiten zoals markten en festivals.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Kies in een stedelijke omgeving voor verdichten boven uitbreiden. Laat de uitbreiding van een stad of dorp goed aansluiten bij de bestaande wijken.

▶ [Amsterdamse beweeglogica](#), [Gezond ontwerp wijzer](#)

HOUD OVERLASTGEVENDE BEDRIJVEN EN WONINGEN, SCHOLEN ETC. OP AFSTAND VAN ELKAAR

Het gaat hierbij vooral om bedrijven met uitstoot van geluid, geur of stoffen, zoals industriële of agrarische bedrijven. Mensen kunnen ziek worden van ziekteverwekkers die dieren in de veehouderij bij zich dragen (zoönosen). Ook fijnstof en endotoxinen kunnen gezondheidsproblemen veroorzaken en mest kan tot geurhinder leiden. Ook grote dienstverlenende bedrijven kunnen leiden tot een onprettig leefklimaat met bijvoorbeeld een hoge parkeerdruk, eenzijdige voorzieningen (denk aan koffie- en lunchrooms) en weinig sociale controle 's avonds of in het weekend.

- Beschrijf in de omgevingsvisie en plannen de minimale afstand tussen grote bedrijven en gevoelige bestemmingen zoals woningen en scholen. Stel de ontwikkelruimte vast van bestaande bedrijven-en industrieterreinen. Doe dit samen met inwoners en bedrijven.
- Betrek bewoners en bedrijven bij vergunningverlening door het vroegtijdig opzetten van een maatschappelijke dialoog tussen de vergunningaanvrager en omwonenden. Dit is een instrument om gezamenlijk tot een oplossing te komen in complexe vraagstukken.
▶ [Kennisplatform vee](#)
- Houd bij planontwikkeling (nieuwe huizen of gevoelige bestemmingen of nieuwe veehouderijbedrijven) bij voorkeur een afstand van minimaal 250 meter aan tussen veehouderijen en een bebouwde kom of gevoelige bestemmingen (inclusief burgerwoningen).
- Pas het principe van 'inwaarts zoneren' toe. De bedrijven die het meeste geluid of andere uitstoot produceren liggen dan in het centrum van het bedrijventerrein, zo ver mogelijk van woningen en scholen, de stillere en schonere bedrijven liggen aan de randen.
▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

- Houd met verkeersstromen van- en naar het bedrijf rekening met omwonenden. Dit kan door middel van afspraken over bijv. (voorkeurs)tijden, route of type vervoermiddel.
- Houd bij laden en lossen rekening met omwonenden. Dit kan door middel van afspraken over bijv. (voorkeurs)tijden, het uitschakelen van koelinstallaties/ aggregaten of het toepassen van stillere (rubber)wielen of –apparaten.
▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Ga met bedrijven om tafel om te bespreken of verbetering van de situatie mogelijk is. Het is goed om altijd te streven naar verbetering in plaats van normopvulling.
- Richt een goed klachtenpunt in dat altijd bereikbaar is. Draag er zorg voor dat het klachtenpunt invloed kan uitoefenen op de overlast veroorzakende bedrijven (hetzij handhaving, hetzij terugvallen op eerder gemaakte onderlinge afspraken).
[GGD richtlijn risicocommunicatie](#)
- Houd rekening met blootstelling van kwetsbare groepen bij activiteiten op of met bedrijven (bijvoorbeeld kinderopvang op een agrarisch bedrijf).

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met functiemenging en overlastgevendende bedrijven. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Draag zorg voor goede menging van eigen voorzieningen (bijv. consultatiebureau of reizigersspreekuur van de GGD en het loket burgerzaken van de gemeente) in de verschillende kernen en/of wijken.
- Draag zorg voor goede mening van maatschappelijke voorzieningen waar overheid een zegje in heeft, heb hierbij bij grote voorzieningen als instellingen voor zorg (zorgcomplexen, ziekenhuizen) en onderwijs (VO, MBO, HBO, universiteit) aandacht voor de 'menselijke maat' om ook in avonduren en weekend een prettige leefomgeving te waarborgen
- Zorg voor goede handhaving en toezicht op bedrijven.

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Gebruikers zijn alleen tevreden over hun leefomgeving als deze aansluit op hun behoeften. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een omgevingsplan, omgevingsvergunning of ontwikkelplan. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)
- Gebruik in complexe situaties rondom veehouderijen het Beoordelingskader Veehouderij
 - ▶ [Beoordelingskader veehouderij](#)

PRAATPLAAT BUURT_1



PRAATPLAAT BUURT_2



Rookvrij

Gezond gewicht

Aantrekkelijke plekken

Aangename zijde

Actief vervoer

(Hout) rookvrij

PRAATPLAAT REGIO



Overdag worden
zonnepanelen
gebruikt op afval

Speelplein met
verspreide
zonnepanelen

Overdag worden
zonnepanelen
gebruikt op afval

Op een
bevoorrecht
locatie de parkeer

MOBILITEIT VERDIEPENDE INFORMATIE





8 VERDIEPENDE INFORMATIE MOBILITEIT

ACTIEF VERVOER (LOPEN EN FIETSEN) IS IN BELEID, ONTWERP EN GEBRUIK DE STANDAARD 46

TUSSEN KERNEN ZIJN GOEDE (E-)FIETS- EN OV-VERBINDINGEN 50

ACTIEF VERVOER (LOPEN EN FIETSEN) IS IN BELEID, ONTWERP EN GEBRUIK DE STANDAARD

Lopen of fietsen in plaats van met auto of OV is gezonder en beter voor de omgeving. Dit moet centraal uitgangspunt zijn in beleid en ontwerp. Door voor dagelijkse verplaatsingen, naar werk, school en winkel, te fietsen en lopen kan iedereen voldoen aan de nationale beweegnorm. Hierbij is het nodig oog te hebben voor de behoeften van kwetsbare groepen zoals ouderen, kinderen en mensen die niet goed ter been zijn. Voor langere afstanden kan dit in combinatie met OV. Dat maakt fitter en voorkomt onder meer overgewicht en stressgerelateerde klachten. Uitstoot en lawaai van gemotoriseerd verkeer wordt voorkomen met daardoor minder hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Actief vervoer heeft geen negatieve invloed op het klimaat. Niet parkeren op straat en minder auto's geven bovendien ruimte voor een aangename leefomgeving.

BIED DE JUISTE INFRASTRUCTUUR VOOR VOETGANGERS EN DE FIETSERS

De juiste infrastructuur biedt voetgangers én fietsers een veilige, comfortabele route die actief vervoer de aantrekkelijkste keuze maakt. Dat betekent ruimte en prioriteit voor voetganger en fietser. Voor voetgangers is daarnaast vooral een korte route van belang, voor fietsers een snelle. De juiste fietsinfrastructuur biedt verder voorzieningen bij aankomst en/of vertrek.

- Geef fietsers en voetgangers (letterlijk) de ruimte op straat.
 - ▶ [Tour de Force 2020, Amsterdamse beweeglogica](#)
- Doorgaande routes voor gemotoriseerd verkeer gaan om wijken of kernen heen, niet er doorheen (zie Kernwaarden Woonomgeving).
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Kies voor (bromfietsvrije) vrijliggende fietspaden in plaats van fietsstroken, uit oogpunt van verkeersveiligheid en gezondere lucht voor de fietser.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Maak kruisingen vriendelijk voor wandelaars en fietsers.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)

- Maak loop- en fietsroutes gemakkelijk vindbaar.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Maak fiets- en wandelroutes voor iedereen veilig, zowel fysiek (bijvoorbeeld verkeersveilig) als sociaal (bijvoorbeeld goed verlicht).
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Zorg voor complete, veilige en comfortabele netwerken die wonen en voorzieningen goed verbinden.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Zorg voor voldoende, goede en veilige fietsstallingen nabij voorzieningen, waaronder OV, en bij woningen.
 - ▶ [GGD Haaglanden - bewegen, Amsterdamse beweeglogica, Tour de Force 2020](#)
- Houd rekening met doelgroepen: kindvriendelijk nabij scholen en speeltuinen, vriendelijk voor ouderen nabij een verzorgingshuis.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Houd in het ontwerp van doorgaande of drukke fietsroutes rekening met fietsers die een veel hogere snelheid hebben (zoals speed pedelec, wielrenner, getrainde forens) dan de gemiddelde fietser.
- Fietsen en lopen zijn de meest gebruikte vormen van voor- en natransport van het OV. Maak goede koppelingen met het OV- netwerk (zie Kernwaarde Mobiliteit) en bied ook goede fietsvoorzieningen nabij haltes en stations.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica, Tour de Force 2020](#)

VOORZIENINGEN, WONEN EN WERKEN ZIJN GOED GEMENGD

Goed bereikbare voorzieningen, zoals zorg, winkels, ontspanning en scholen, en kleine detailhandel op korte afstand van woningen, stimuleert lopen en fietsen, en zorgt daarmee voor minder autoverkeer. Mensen bewegen daardoor meer. Het is dan wel belangrijk dat loop- en fietsroutes fijnmazig, direct, aantrekkelijk en (verkeers)veilig zijn en dat er geen barrières zijn zoals spoorlijnen of drukke wegen. Een slimme combinatie van functies in ruimte en tijd bevordert het gebruik ervan door meerdere doelgroepen. Functiemenging bevordert ook de sociale cohesie doordat mensen elkaar ontmoeten in de buurt. Dat houdt de buurt levendig, benut de schaarse ruimte optimaal en biedt ook lokaal werk.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "[Functies \(wonen, werken, voorzieningen\) zijn goed gemengd, overlastgevende bedrijven staan op afstand](#)".

HEB AANDACHT VOOR VEILIGHEID EN TOEGANKELIJKHEID VAN LOOP- EN FIETSRUTES

Infrastructuur en routes zijn zo ingericht dat ook kinderen, ouderen en mensen met een beperking veilig, zelfstandig kunnen lopen (en indien mogelijk fietsen, evt met hulpmiddel). Veilig is zowel fysiek (bijv verkeersveilig) als sociaal (bijv. goed verlicht)

- Maak loop- en fietsroutes ook toegankelijk voor kinderwagens en hulpmiddelen als rollator, handbike, rolstoel, scootmobiel etc.
- Houd rekening met doelgroepen: kindvriendelijk nabij scholen en speeltuinen, vriendelijk voor ouderen nabij een verzorgingshuis.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Bied langs specifieke routes voldoende rustmogelijkheden voor mensen die slecht(er) ter been zijn.
- Beheer met aandacht voor toegankelijkheid voor ouderen en hen die minder goed ter been zijn, ook bij winterse weersomstandigheden.
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

- Breng de fysieke veiligheid van voet- en fietspaden in kaart met een wijkscouw. Denk aan verkeersveiligheid, maar let bijvoorbeeld ook op gelijkmatig gelegde stoeptegels. Pas eventueel de methode 'Halt! U valt' toe.
 - ▶ [RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Markeer voetpaden duidelijk zodat ook kinderen veilig en zelfstandig kunnen lopen en op de stoep kunnen spelen.

DRING GEMOTORISEERD VERKEER TERUG

Door de hoeveelheid gemotoriseerd verkeer te beperken wordt er minder luchtverontreiniging uitgestoten, minder geluid geproduceerd en ontstaat er ruimte voor lopen, fietsen en spelen. Door het autobezit te beperken wordt het auto-gebruik ook teruggedrongen, en ontstaat er bovendien ook direct meer ruimte.

- Maak actief vervoer (lopen en fietsen) in beleid, ontwerp en gebruik de standaard, en ontmoedig hiermee autoverkeer.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht, Gezond ontwerp wijzer](#)
- Vang wegverkeer op aan de stadsrand (Cargohubs, P&R, P&(deel)fiets, etc.) en stuur niet-bestemmingsverkeer zoveel mogelijk buiten wijken of stad om.
 - ▶ [CROW, Tour de Force 2020](#)
- Realiseer autoluwe of –vrije straten (woon)straten, zoals 'Fietsstraten - Auto te Gast' of 'Leefstraten' en zones, zoals rondom scholen, sportterreinen.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht, gemeente Utrecht leefstraat](#)
- Verlaag in een stedelijke omgeving de parkeernorm, minder beschikbare parkeerplaatsen beperken autobezit. Verbied of beperk het parkeren op straat en beperk het aantal parkeerplaatsen op eigen terrein (ondergronds parkeren).

– Stimuleer of organiseer (elektrisch) autodelen zoals Greenwheels of Car2Go om autobezit te beperken, bijvoorbeeld door parkeer- of standplaatsen beschikbaar te stellen of oplaadmogelijkheden te faciliteren.

▶ [Elektrische deelauto](#)

– Maak flankerend beleid, zoals lagere tarieven voor openbaar vervoer en hogere tarieven voor parkeren.

▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

– Goederen komen met slimme, efficiënte, stille en schone (elektrische) stads-distributie op hun plek terecht. Zie voor meer maatregelen ook de websites van CROW, Infomil en Joaquin.

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

MAAK HET (RESTEREND) GEMOTORISEERD VERKEER SCHONER EN STILLER

Waar beperken van gemotoriseerd verkeer (nog) niet tot de mogelijkheden behoort, kunnen maatregelen worden genomen om de uitstoot van lawaai en luchtverontreiniging te beperken

– Prioriteer maatregelen voor de vervoerstypes met de grootste (lokale) uitstoot van geluid en luchtverontreiniging (bijv. bus, goederenvervoer, oude voertuigen, zakelijk rijders).

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

– Pas maatregelen toe om 'vuilste' voertuigen terug te dringen (milieuzone, beleid goederenvervoer, green deals zakelijk rijders, gedifferentieerd parkeerbeleid, etc).

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

– Ontmoedig gebruik (tweetakt) brommers, stimuleer alternatieven als elektrische scooters en e-bikes.

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

– Stimuleer elektrisch vervoer door bijvoorbeeld oplaadfaciliteiten te bieden, in deze volgorde: fiets, OV, scooter/brommer, (vracht)auto's.

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

– Pas geluidsarm wegdek toe bijv. stil asfalt in plaats van klinkers.

▶ [GGD Richtlijn Omgevingsgeluid en gezondheid](#)

– Pas maatregelen toe om verkeer beter door te laten stromen (optimale snelheid, inregelen verkeerslichten, etc.), waarbij een eventueel negatief bij-effect door een verkeersaantrekkende werking aandachtspunt is.

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

– Maatregelen om snelheid te beperken of veiligheid te vergroten, zoals drempels, zijn zo geplaatst dat hinder door trillingen en geluid wordt voorkómen. Bepaal gewenste maatregelen in overleg met direct aanwonenden/gebruikers.

– Maak schoon en stil een belangrijke overweging in de aanbesteding van de concessie voor (lokaal) OV, zorg voor elektrische (of anderszins zo schoon mogelijke) bussen.

– Maak het eigen (GGD, overheid) wagenpark zo schoon en stil mogelijk. Voor (bijna) alle noodzakelijke vormen van gemotoriseerd vervoer is inmiddels een elektrisch alternatief beschikbaar.

▶ [Infomil – A'dam schoon en zuinig](#)

STIMULEER LOPEN EN FIETSEN

Gaan lopen en fietsen in plaats van zich met auto of OV te verplaatsen vraagt een gedragsverandering. Een integrale aanpak van gedragsverandering richt zich zowel op het individuele gedrag als op de leef-, werk- en woonomgeving. Maatregelen in de leefomgeving moeten daarom bij voorkeur samengaan met andere middelen zoals voorlichting en gedragsveranderingsprogramma's. Pak dit planmatig aan. Zie voor kennis, materialen en tips het Loket Gezond Leven.

– Bied erkende interventies op het gebied van lopen en fietsen, zoals 'Fietsen scoort' of 'Stap je gezond'.

▶ [Loket gezond leven – sport en bewegen, Kenniscentrum Sport](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met actief vervoer. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

– Ga uit van actief vervoer voor dienstreizen tot ca 7,5 km. Verstrek goede dienstfietsen, beperk het gebruik van dienstauto's tot beschreven uitzonderingssituaties en maak het gebruik van de eigen auto voor dienstreizen niet declarabel. (zie voor reizen over grotere afstand Kernwaarde Mobiliteit; e-fiets en OV).

▶ [Tour de Force 2020](#)

– Maak in het eigen wagenpark en aanbestedingen (fossiel) gemotoriseerd verkeer een uitzondering. Sta alleen elektrische dienstauto's toe, gebruik deze alleen in beschreven uitzonderingssituaties en hanteer een strikte uitzonderingslijst voor toegestane (fossiel) gemotoriseerde diensten (en een lijst met elektrische alternatieven).

– Ga uit van actief vervoer voor woon-werkverkeer. Beloon alleen actief woon-werkverkeer (evt gecombineerd met e-fiets en/of OV, zie Kernwaarde Mobiliteit) en bied goede voorzieningen (zoals ruime en veilige fietsenstalling, e-fiets oplaadpunten, douche-/ omkleed- ruimte, droogruimte regenpak, reparatie-/ bandenplak-service, fietspomp).

▶ [Tour de Force 2020](#)

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Infrastructuur en voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

– Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.

▶ [Pharos](#)

TUSSEN KERNEN ZIJN GOEDE (E-)FIETS- EN OV-VERBINDINGEN

Met goede verbindingen voor (elektrische) fiets en openbaar vervoer tussen kernen (wijken, steden, dorpen) is autogebruik veelal onnodig. Een goede OV- en fietsverbinding tussen kernen stimuleert het lopen en fietsen in de nabije omgeving. Minder automobilititeit voorkomt uitstoot en lawaai van gemotoriseerd verkeer met daardoor minder hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Het heeft minder negatieve invloed op het klimaat en draagt ook bij aan een gezonde woonomgeving. Voorwaarde is wel dat het OV-netwerk goed toegankelijk is voor iedereen, ook ouderen en mensen die minder goed ter been zijn. Om (e-)fiets en OV een alternatief voor dagelijks vervoer over de middellange afstand te laten zijn, moeten zij elkaar goed aanvullen. OV-verbindingen kunnen directer en sneller wanneer er goede fietsvoorzieningen zijn bij haltes en stations, zoals veilige fietsenstallingen, en goed aansluiten op het fietsnetwerk van bijvoorbeeld fiets-snelwegen.

BIED DE JUISTE (E-)FIETS INFRASTRUCTUUR

De juiste (e-)fietsinfrastructuur biedt een veilige, comfortabele en snelle route en goede, veilige voorzieningen bij aankomst en/of vertrek.

- Maak fietsroutes ook buiten de kernen comfortabel, heel en veilig. Veilig is hierbij zowel fysiek (bijvoorbeeld verkeersveilig) als sociaal (bijvoorbeeld goed verlicht).
 - ▶ [Tour de Force 2020](#)
- Creëer waar mogelijk fietssnelwegen waar de maximumsnelheid van (e-)fiets ook benut kan worden met behoud van een veilige situatie voor langzamere verkeersdeelnemers.
 - ▶ [Tour de Force 2020](#)
- Maak kruisingen fietsvriendelijk.
 - ▶ [Tour de Force 2020](#), [Amsterdamse beweeglogica](#)
- Kies voor (bromfietsvrije) vrij liggende fietspaden in plaats van fietsstroken, uit oogpunt van verkeersveiligheid en gezondere lucht voor de fietser.
 - ▶ [Academische werkplaats – brommers](#), [GGD richtlijn lucht](#)

- Faciliteer en stimuleer goede en veilige fietsenstallingen met oplaadmogelijkheid voor e-fietsen, bij voorzieningen waar veel mensen komen (zoals scholen, ziekenhuizen, werkgevers, winkels, etc.).

▶ [Tour de Force 2020](#), [Amsterdamse beweeglogica](#)

BIED PASSENDE OV-INFRASTRUCTUUR

Passende OV-infrastructuur biedt in ieder geval een voldoende frequente en comfortabele verbinding met voorzieningen buiten de eigen kern. Het gaat hierbij om de dienstregeling, routes en de voorzieningen bij aankomst en vertrek (haltes of stations) van alle soorten OV.

- Maak goede koppelingen met het OV-netwerk en onderlinge koppeling tussen verschillende varianten van het OV.
 - ▶ [Overstappen naar 2040](#)
- Maak het OV goed toegankelijk voor iedereen, ook voor ouderen, mensen die minder goed ter been zijn, blinden, mensen met kinderwagens, etc.
 - ▶ [Amsterdamse beweeglogica](#), [Overstappen naar 2040](#)
- Zorg voor een OV-verbinding tussen iedere kern en noodzakelijke voorzieningen (supermarkt, school, huisarts, ziekenhuis) indien die niet in de kern liggen.
- Pas de dienstregeling aan op de behoeften van gebruikers en bied actuele reisinformatie voor reizigers. De behoefte kan per seizoen verschillen.
- Maak spoorwegovergangen en kruisingen met bus- en trambanen veilig voor wandelaars en fietsers.
- Het OV is schoon, heel en veilig.

VERBIND HET OV MET FIETS- EN LOOPROUTES

OV-verbindingen kunnen worden “verdikt en gestrekt”. Dat wil zeggen, vaker een verbinding en minder geslinger door kernen, waardoor frequentere en directere verbindingen ontstaan. Haltes en stations moeten daarbij goed zijn aangesloten op het fietsnetwerk. Dit vergt ook fietsvoorzieningen als stallingen en oplaadpunten bij de haltes en stations. Aandacht voor ‘the first and last mile’ is noodzakelijk voor OV-gebruik.

- Aansluitende loop- en fietsroutes zijn gemakkelijk te vinden.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg voor voldoende, goede en veilige fietsenstallingen nabij treinstations en bushaltes.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg voor oplaadpunten voor elektrische fietsen nabij treinstations en bushaltes.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Maak de OV-fiets (voor de ‘last mile’) beschikbaar bij zoveel mogelijk haltes en stations, in ieder geval bij haltes die op afstand van te bezoeken voorzieningen liggen.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Haltes en stations zijn altijd schoon, heel en veilig. Veilig betekent zowel fysiek, bijvoorbeeld verkeersveilig, als sociaal, bijvoorbeeld goed verlicht en geen hangjongeren.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Bied langs specifieke routes in stations en bij haltes voldoende rustmogelijkheden voor mensen die een slechte(re) conditie hebben.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

- Overweeg een betere OV-verbinding in het koude, natte en donkere winterseizoen om de rest van het jaar de (e-)fiets een volwaardig alternatief voor langere afstanden te laten zijn.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Gebruik een innovatieve dienstregeling met extra bussen en routes op dagen waarop minder e-fietsers worden verwacht (regen, vorst, eerste en laatste schooldagen etc.).
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)

STIMULEER HET GEBRUIK VAN E-FIETS OF OV (IN PLAATS VAN DE AUTO)

Het gebruik van e-fiets in plaats van zich met auto of OV te verplaatsen, of het OV te gebruiken in plaats van de auto, vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma’s en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Bied programma’s die het gebruik van e-fiets stimuleren, zoals gratis uitprobeerweken en een subsidieregeling voor het belonen van fietskilometers via de werkgever.
 - ▶ [CROW](#)
- Bied programma’s die het gebruik van het OV stimuleren, zoals OV-probeerkaarten.
- Bied programma’s voor werknemers die het gebruik van het OV stimuleren, zoals een OV-reiskostenvergoeding voor werknemers en het hanteren van flexibele werktijden.
 - ▶ [Beter Benutten](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met e-fiets en OV. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Bied elektrische dienstfietsen voor dienstreizen van circa 7,5 – 15 km en een OV-businesskaart voor dienstreizen verder dan 15 km. Beperk het gebruik van dienstauto's tot beschreven uitzonderingssituaties en maak het gebruik van de eigen auto voor dienstreizen niet declarabel. (Zie voor dienstreizen over kortere afstand Kernwaarde Actief vervoer (fietsen en lopen) is de standaard).
 - ▶ [Tour de Force 2020, Beter Benutten](#)
- Maak in het eigen wagenpark en aanbestedingen (fossiel) gemotoriseerd verkeer een uitzondering. Sta alleen elektrische dienstauto's toe, gebruik deze alleen in beschreven uitzonderingssituaties en hanteer een strikte uitzonderingslijst voor toegestane (fossiel) gemotoriseerde diensten (en een lijst met elektrische alternatieven).
- Stimuleer het gebruik van OV voor woon-werkverkeer bij afstanden groter dan 15 km door een goede vergoeding en/of OV-kaart.
 - ▶ [Beter Benutten](#)
- Ontmoedig autogebruik voor woon-werkverkeer, bied geen vergoeding of voorzieningen (zoals parkeerplaatsen).

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Infrastructuur en voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode

- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)
- Monitor geregeld de tevredenheid van gebruikers van infrastructuur, voorzieningen en OV. Vraag actief wat goed is en wat beter kan.



GEBOUWEN

VERDIEPENDE INFORMATIE





9 VERDIEPENDE INFORMATIE GEBOUWEN (WONINGEN, SCHOLEN, ETC.)

HET BINNENKLIMAAT IS PRETTIG EN GEZOND	55
MINIMAAL ÉÉN ZIJDE (GEVEL) VAN EEN WONING IS AANGENAAM	59
ER ZIJN VOLDOENDE BETAALBARE LEVENSLOOPGESCHIKTE WONINGEN	63

HET BINNENKLIMAAT IS PRETTIG EN GEZOND

Mensen zijn veel in gebouwen en circa 70% van de tijd in hun eigen woning. Daarom is het voor iedereen belangrijk dat het binnenklimaat prettig en gezond is. Hetzelfde geldt voor gebouwen zoals scholen, kinderdagverblijven, verpleeg- en verzorgingshuizen. Door zorg te dragen voor een prettige temperatuur en luchtvochtigheid, voldoende rust in het gebouw en een goede binnenluchtkwaliteit, kunnen gezondheidsklachten die samenhangen met het gebouw worden voorkomen. Het gaat om klachten als vermoeidheid, hoofdpijn, sufheid en slaperigheid. Ook irritatie van ogen, neus en keel treedt op. Systemen voor ventilatie, verwarming en zonwering moeten eenvoudig te bedienen en onderhouden zijn. Schadelijke stoffen zoals koolmonoxide en asbest horen niet in een gezond gebouw. In een prettig gebouw kan men zich bovendien ontspannen en tot rust komen. Daarbij helpt een aangename zijde.

ZORG VOOR VOLDOENDE EN PRETTIGE VENTILATIE IN WONINGEN

In veel gebouwen is de binnenlucht vuiler dan de buitenlucht. Daarom is een goede luchtverversing nodig. Door energiezuinig bouwen neemt de luchtdichtheid van woningen toe. Daardoor worden ventilatievoorzieningen en ventilatiegedrag steeds belangrijker voor de kwaliteit van het binnenmilieu. Gebrekkige ventilatie kan komen door het ontbreken van geschikte voorzieningen of door het onjuist gebruik ervan door bewoners (bron: GGD Haaglanden binnenmilieu en gezondheid). Gemeenten mogen hogere (kwaliteits) ambities stellen dan het Bouwbesluit (BBL), als deze samen met eigenaren (o.a. woningcorporaties) en/of ontwikkelaars worden ingevuld. Strengere eisen afdwingen kan niet.

– Bied permanent bruikbare, goed regelbare, eenvoudig te bedienen en inbraakveilige ventilatievoorzieningen in iedere verblijfsruimte van een woning met een minimale basisventilatie van 0,5 dm³/sec/m²

▶ [Woonkeur, GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

– Zorg ervoor dat in iedere woning ramen open kunnen (om te luchten).

▶ [Woonkeur, GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

– Kies voor mechanische ventilatie die weinig geluid produceert, ook in de hoogste stand.

▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

– Zorg dat de toevoer van verse lucht altijd volledig rechtstreeks van buiten plaatsvindt, i.p.v. tot 50% via andere gebruiksruimte zoals in het Bouwbesluit wordt genoemd.

▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

– Pas voor alle ruimtes (inclusief bijvoorbeeld de zolder) de woningeisen toe. Maak geen gebruik van de 'onbenoemde-ruimte'-regel.

▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

ZORG VOOR VOLDOENDE EN PRETTIGE VENTILATIE IN SCHOLEN EN ANDERE GEBOUWEN

Ook in schoolgebouwen en andere openbare gebouwen is het van belang om voldoende en prettige ventilatie te hebben. Voor schoolgebouwen is er de Gezonde School aanpak om structureel aan gezondheid te werken. Deze aanpak draait o.a. om educatie en de fysieke en sociale omgeving. Een gezonde school hangt samen met betere schoolprestaties (bron: www.gezondeschool.nl).

– Bied mogelijkheden voor een permanente luchtverversing, ook in de wintermaanden. Dit betekent dat roosters en/of ramen open zijn, liefst in meerdere gevels.

▶ [Checklist binnenmilieu gezonde school](#)

– Zorg in elke ruimte of lokaal voor goed regelbare en gemakkelijk te bedienen ventilatievoorzieningen.

▶ [Checklist binnenmilieu gezonde school](#)

- Maak roosters en filters regelmatig schoon en sluit onderhoudscontracten af voor het ventilatiesysteem.
 - ▶ [Checklist binnenmilieu gezonde school](#)
- Gebruik emissie-arme materialen (met zo weinig mogelijk oplosmiddelen).
 - ▶ [Checklist binnenmilieu gezonde school](#)
- Zorg voor een goede afzuiging bij verontreinigende apparatuur (bijvoorbeeld printers en kopieerapparaten).
 - ▶ [Checklist binnenmilieu gezonde school](#)

HOUD AFSTAND VAN SNELWEG EN DRUKKE STRAAT

Gezondheidsrisico's van omwonenden nemen toe naarmate de afstand tot de weg kleiner is, ook wanneer de luchtkwaliteit daar aan de Europese grenswaarden voldoet. Woningen en voorzieningen waar kinderen, ouderen of mensen met een zwakke gezondheid langdurig verblijven moeten daarom op ruime afstand van drukke wegen worden gerealiseerd (bron: GGD richtlijn luchtkwaliteit en gezondheid).

Zie voor maatregelen:

Kernwaarde “Wonen en druk verkeer zijn gescheiden”.

VOORKOM TEVEEL OPWARMING VAN GEBOUWEN IN DE ZOMER

De binnentemperatuur van een gebouw wordt beïnvloed door aspecten van het gebouw (isolatie, zonwering, ligging t.o.v. de zon, aantal ramen) en door het gedrag van gebruikers (openen/sluiten ramen, gebruik zonwering). Gezondheidseffecten van warm weer lopen uiteen van klachten als vermoeidheid en hoofdpijn tot ernstige ademhalingsproblemen en hartfalen. Dit kan leiden tot ziekenhuisopname en sterfte. Vooral ouderen en mensen met een chronische aandoening lopen een verhoogd risico op gezondheidseffecten door warm weer (bron: GGD richtlijn zomerse omstandigheden).

- Zorg voor voldoende en goed bruikbare voorzieningen voor zonwering.
 - ▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

- Zorg voor voldoende inbraakveilige voorzieningen voor zomernachtventilatie.
 - ▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)
- Leg schaduwgevend groen aan, zowel op de grond als op daken en tegen gevels, om de temperatuur in de woning te verlagen. Dit draagt ook bij aan een klimaatbestendige buurt.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg dat balansventilatiesystemen tenminste beschikken over een bypass om bij oplopende temperaturen de warmtewisselaar te vermijden.
 - ▶ [GGD richtlijn ventilatie woningen](#)

ZORG DAT GEBOUWEN MOOI EN COMFORTABEL ZIJN

Een gelijkmatige en constante verwarming in een gebouw is belangrijk voor het comfort. Bovendien helpt een gelijkmatige verwarming, met goede ventilatie, ook om een hoge relatieve luchtvochtigheid en condensatie binnen tegen te gaan. Daardoor krijgen schimmels minder kans (bron: GGD richtlijn winterse omstandigheden). Door een gebouw mooi, prettig en comfortabel vorm te geven, met en voor de mensen, draagt het bij aan sociaal maatschappelijk participeren, kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving.

- Zorg dat iedere verblijfsruimte in de woning verwarming heeft die per ruimte te regelen is met een eenvoudig te bedienen thermostaat.
 - ▶ [GGD richtlijn winterse omstandigheden](#)
- Voorkom emissie van rookgassen in de woning: geen gaskachel, open CV, geiser, houtkachel of open haard. Stadsverwarming of een gesloten CV-systeem (met toevoer van buitenlucht) hebben de voorkeur.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Voorkom tocht in huis door naden en kieren dicht te maken met tochtstrips of ander materiaal.

- Natuurlijke elementen in en om woningen kunnen helpen om een aantrekkelijke, onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn.
- Kunst, cultuur of historische gebouwen dragen bij dat mensen een plek positief ervaren en zich verbonden voelen met de plek.

VOORKOM OVERBEWONING

Als er veel mensen in een te kleine woning wonen, kunnen schimmel- en vochtproblemen ontstaan. De ventilatie is dan niet voldoende om de hoeveelheid vocht die vrijkomt bij bijvoorbeeld koken en douchen van alle bewoners af te voeren. Dit kan leiden tot nadelige gezondheidseffecten, zoals het ontstaan en verergering van astma, luchtwegklachten en luchtweginfecties. Dit geldt zowel voor mensen met als zonder allergie. Ook is bij overbewoning meer kans op geluidsoverlast van burens.

- Handhaaf het algemeen geldende voorschrift van minimaal 12m² per persoon (Artikel 7.18 Bouwbesluit).
- Maak beleid en voorzie in voldoende voorzieningen om handhaving van overbewoning mogelijk te maken.

BEPERK EMISSIES VAN STOFFEN IN EEN GEBOUW

In de binnenlucht van woningen kunnen stoffen voorkomen die afkomstig zijn van bouw- en woninginrichtingsmaterialen en installaties. Hierbij kan worden gedacht aan bijvoorbeeld roken, vluchtige stoffen uit vloer- en wandbekleding, asbest in bouw materiaal, koolmonoxide uit Cv- installaties en radon uit baksteen en beton. Blootstelling van de mens aan deze stoffen kan leiden tot diverse gezondheidseffecten, waaronder geurhinder en irritatie van ogen en luchtwegen.

- Pas bouw- en afwerkingsmaterialen toe met een lage emissie van stoffen.

- Voorkom emissie van rookgassen in de woning: geen gaskachel, open CV, geiser, houtkachel of open haard. Stadsverwarming of een gesloten CV-systeem en elektrisch koken hebben de voorkeur.

▶ [GGD richtlijn lucht](#)

- Inventariseer woningen en gebouwen ouder dan 1993 op de aanwezigheid van asbest. Saneer toepassingen die een risico vormen voor de gezondheid (bijvoorbeeld board met niet-hechtgebonden asbest). Stel voor andere toepassingen een asbestbeheersplan op. Informeer bewoners en andere betrokkenen hierover.

▶ [GGD richtlijn asbest in woningen](#)

- Voorkom het vrijkomen van koolmonoxide uit CV-installaties en andere gasgestookte toestellen. Zorg voor goede koolmonoxide-melders.

▶ [GGD richtlijn koolmonoxide](#)

- Verwijder kwikhoudende producten, zoals thermometers, barometers en bloeddrukmeters, uit gebouwen.

▶ [GGD richtlijn kwik](#)

- Voorkom doordringen van stoffen uit activiteiten in aangrenzende panden, bijvoorbeeld via luchtaanvoer of via scheidingsconstructies.

ZORG VOOR RUST IN DE WONING, VOORKOM GELUIDSOVERLAST VAN BUREN

Stilte is vooral belangrijk om te 'ontstressen'. Stil betekent niet dat er geen geluid is, maar wel dat er prettige en/of aangename geluiden hoorbaar zijn. Mensen vinden natuurlijke geluiden meestal het prettigst. Muziekinstallaties, tv, lopen, deuren, sanitair, huisdieren en huishoudelijke apparaten kunnen allemaal bronnen van geluidsoverlast van buren zijn. Soms zijn fysieke maatregelen mogelijk, in andere gevallen moeten afspraken gemaakt worden met buren om hinder en overlast te beperken en voorkomen.

- Houd bij de indeling van een pand rekening met de gebruiksfuncties van buren, maak bijvoorbeeld woonkamer en gang naburig in plaats van gespiegelde rijtjeswoningen.
 - ▶ [GGD richtlijn geluid](#)
- Zorg bij appartementengebouwen voor een goede ontkoppeling van de leiding-schachten en van liftinstallaties en zorg voor goede geluidisolatie tussen woningen.
- Ga bij burenoverlast in een vroeg stadium in gesprek met elkaar en schakel eventueel buurtbemiddeling in.
 - ▶ [Juridisch loket, CCV- buurtbemiddeling](#)

MINIMAAL ÉÉN ZIJDE (GEVEL VAN EEN WONING IS AANGENAAM)

In dorpen en steden biedt de straat (met daarop aanwezig verkeer en aan de straat gelegen bedrijvigheid) naast positieve effecten ook vaak onrust, lawaai en luchtverontreiniging. Minimaal één zijde die rustig is, waar geen geur of geluid van bijv. horeca overheerst en met een prettig (zo mogelijk groen en natuurlijk) uitzicht en/of buitenruimte vergroot het wooncomfort. Minder luchtverontreiniging en lawaai beperkt het risico op hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Rust en een natuurlijke omgeving bieden betere mogelijkheden om te ontspannen en te herstellen. Een natuurlijke omgeving maakt bovendien klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), wateroverlast te voorkomen en is goed voor de biodiversiteit.

Zie voor meer maatregelen:

Kernwaarde “Minimaal één zijde van een woning (gevel) is aangenaam”.

STIMULEER HET PRETTIG EN GEZOND WONEN EN VERBLIJVEN IN GEBOUWEN

Bewoners en gebruikers hebben zelf invloed op de kwaliteit van de binnenlucht, bijvoorbeeld door goed te ventileren en niet te roken. Ook goede schoonmaak helpt daarbij. Stimuleer bewoners en gebruikers in het juist gebruiken en onderhouden van de ventilatiesystemen. Dit vraagt soms om gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Voer als school een lesaanbod en activiteiten uit voor het onderwerp ‘frisse klas’. Voorbeelden van activiteiten zijn te vinden op www.gezondeschool.nl/primair-onderwijs/gezondheidsthema's-en-criteria-vignet/milieu-en-natuur.
- Stimuleer een schone en frisse school. Organiseer bijvoorbeeld een S.O.P-dag.
 - ▶ [Schoon onderwijs project](#)
- Maak bewoners bewust van de eigen rol in het voorkomen van woonoverlast. Bijvoorbeeld door de campagne: Goede burens, betere buurten.
 - ▶ [CCV – campagne goede burens](#)

GEMEENTELIJKE GEBOUWEN ZIJN PRETTIG EN GEZOND

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het bieden van een prettig en gezond gebouw. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Draag zorg voor prettige en gezonde gemeentelijke gebouwen en voorzieningen inclusief onder andere een prettige temperatuur en luchtvochtigheid en de aanwezigheid van natuurlijke elementen, kunst en cultuur.
- Bied geen rookfaciliteiten aan in en om het eigen gebouw.
- Spreek met rokende medewerkers een rookvrije zone af rondom het eigen gebouw.
- Bied medewerkers een gratis stoppen met roken cursus.

PARTICIPEER: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Infrastructuur en voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)

– Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

BEVORDER PARTICIPATIE: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Een aangename zijde van een woning biedt mensen gelegenheid te ontspannen en herstellen. Wat aangenaam is, is afhankelijk van de gebruikers en van de verdere omgeving. Een plek wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (bron: inspiratiegids participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners (groepen). Participatie is altijd maatwerk.

– Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.

▶ [Pharos](#)

– Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

– Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.

▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)

ZORG VOOR EEN 'STILLE' AANGENAME ZIJDE

Stilte is vooral belangrijk om te 'ontstressen'. Stil betekent niet dat er geen geluid is, maar wel dat er prettige en/of neutrale geluiden hoorbaar zijn. Mensen vinden natuurlijke geluiden meestal het prettigst.

– Voldoe aan de voorkeursgrenswaarde voor geluidsniveaus van verkeer (weg/rail), industrie en bedrijven.

▶ [GGD richtlijn geluid](#)

– Pas stille-zijde beleid toe op geluidbelaste locaties.

▶ [GGD richtlijn geluid, RIVM stille zijde](#)

– Laat geen bedrijfsmatige buitenvoorzieningen (bijvoorbeeld horeca) toe aan de aangename zijde.

– Aan een aangename zijde is geen (of heel stille) apparatuur voor koeling, ventilatie of luchtbehandeling.

▶ [GGD richtlijn geluid](#)

- Voeg natuurlijke elementen (zoals groen en water) toe ten behoeve van soundscaping (gebruik van gewenst geluid en demping van ongewenst geluid).
- Maak afspraken met aanwonenden over gebruik van buitenruimte aan de aangename zijde in verband met geluidshinder.

ZORG VOOR EEN GOEDE LUCHTKWALITEIT AAN DE AANGENAME ZIJDE

Een goede luchtkwaliteit betekent geen schadelijke luchtverontreiniging, maar ook geen hinderlijke geuren. De woning kan gezond (schoon en zonder geurhinder) worden gelucht en geventileerd en de buitenruimte kan gezond gebruikt worden.

- Rookgasafvoorzieningen komen niet uit aan de aangename zijde, maar aan de andere zijde of boven de daklijn.
- Bedrijfsmatige ventilatieafvoeren (incl. afzuiging bij koken) komen niet uit aan de aangename zijde, maar aan de andere zijde of boven de daklijn.
- Aan de aangename zijde is geen gemotoriseerd verkeer.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Luchttoevoorzieningen (ventilatioeroosters, aanzuiging van balansventilatie) zuigen aan de aangename zijde lucht aan.
 - ▶ [GGD richtlijn lucht](#)
- Maak afspraken met aanwonenden over gebruik van buitenruimte aan de aangename zijde ivm overlast door roken, barbecue, tuinhard, etc.

ZORG DAT DE AANGENAME ZIJDE NATUURLIJK IS

Een natuurlijke omgeving kan een positieve invloed hebben op de gezondheid omdat het ontspanning en rust biedt (helpt bij herstel van stress, aandachtsmoeieheid en depressie). Het maakt tevens klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress) en wateroverlast voorkomen.

- Stimuleer bewoners groene tuinen aan te leggen. Groene daken en gevels dragen bij aan een natuurlijk uitzicht. Groene daken kunnen op een huis aangelegd worden maar ook op een schuur, een carport of fietsenstalling. Zie www.operatiesteenbreek.nl
- Beperk bebouwing (opslag, schuurtjes, tuinhuisjes, etc.) op privé-grond aan de aangename zijde.
- Kies een goede mix van groen, in elk seizoen, ook ten behoeve van biodiversiteit. Een omgeving die ook aantrekkelijk is voor vogels, kan bijdragen aan een prettige soundscape.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer, Amsterdamse beweeglogica, Inspiratiegids groene gezonde wijk, Handboek speelnatuur](#)
- Kies planten- en bomensoorten waar weinig mensen allergisch voor zijn en die weinig overlast geven. Let ook op het voorkomen van teken. Teken zitten vooral in hoog gras of tussen dode bladeren, het liefst bij bomen en struiken.
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer, GGD Haaglanden - groen](#)
- Leg (buurt)moestuinen aan op daarvoor geschikte grond (let vooral op lood).
 - ▶ [Gezond ontwerp wijzer, Inspiratiegids groene gezonde wijk, GGD advies lood, GGD advies lood - toelichting](#)

MAAK DE AANGENAME ZIJDE MOOI EN COMFORTABEL

Door een plek mooi, prettig en comfortabel in te richten draagt het bij aan kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving. Natuurlijke elementen kunnen helpen om een aantrekkelijke onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde “Voor iedereen zijn er dichtbij en toegankelijk aantrekkelijke plekken”.

STIMULEER GOED GEBRUIK EN INRICHTING VAN DE AANGENAME ZIJDE

Bewoners en gebruikers hebben veel invloed op het aangenaam zijn en houden van de aangename zijde. Maak afspraken over rust, geur of geluid en stimuleer de aanleg van natuurlijke elementen in de buitenruimte..

- Stimuleer het aanleggen van natuurlijke elementen aan de aangename zijde, bijvoorbeeld door een subsidieprogramma voor groene daken.
 - ▶ [Milieucentraal – groen dak](#)
- Maak afspraken met buurtbewoners over het gebruik van en activiteiten aan de aangename zijde. Bijvoorbeeld via de Vereniging van Eigenaren.

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het aanbieden van een aangename zijde. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Bied een kantine of rustruimte met een aangename zijde.
- Bied anderen een aangename zijde. Houd rekening met de burens rond gemeentelijke gebouwen.

ER ZIJN VOLDOENDE BETAALBARE LEVENSLLOOPGESCHIKTE WONINGEN

De vergrijzing en de wens om langer thuis te blijven wonen, hebben gevolgen voor de woningvoorraad en inrichting van buurten. Zo verdubbelt het aantal ouderen (65 jaar en ouder) tot 2040. Dit betekent overal toenemende behoefte aan geschikte woningen voor ouderen. Een levensloopgeschikte woning is een zelfstandige woning die geschikt is (te maken) voor bewoning in alle levensfasen, met minimale fysieke inspanning en minimale kans op ongevallen. Op die manier kunnen ouderen of mensen met een lichamelijke beperking prettig en comfortabel wonen. Men hoeft niet noodgedwongen bestaande sociale contacten te verbreken en de vertrouwde sociale omgeving te verlaten. Door de directe woonomgeving goed in te richten worden ouderen of mensen met een beperking ondersteund om gezond te leven, sociale contacten op te doen en langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Het gaat dan bijvoorbeeld om veilige en aantrekkelijke wandelroutes naar voorzieningen voor dagelijkse behoeften, activiteiten en zorg.

MAAK WONINGEN AANPASBAAR AAN WENSEN EN BEHOEFTE VAN DE HUIDIGE EN TOEKOMSTIGE BEWONER

Op deze manier kunnen bewoners erin blijven wonen als hun levensomstandigheden en behoeften veranderen, bijvoorbeeld door ziekte of ouderdom.

- Stem de wensen voor levensloopgeschikte woningen af op de lokale populatie en de demografische prognose. Neem ambities voor het omgaan met vergrijzing op in de gemeentelijke omgevingsvisie.
- Maak woningen zoveel mogelijk flexibel en aanpasbaar. Denk aan een mogelijke herbestemming van ruimten, de mogelijkheid tot opdelen van de woning, de aanpasbaarheid van functies en mogelijkheden tot aanbrengen van hulpmiddelen
 - ▶ [Ontwerpgids meegroeiwonen, Platform31](#)
- Maak een keuze voor een eisenpakket voor levensloopgeschikte woningen en leg dit vast in het programma van eisen en ontwerp van nieuwe gebouwen.

DENK AAN DE TOEGANKELIJKHEID EN BEREIKBAARHEID VAN LEVENSLLOOPGESCHIKTE WONINGEN

Levensloopgeschikte woningen zijn makkelijk toegankelijk zijn voor ouderen, mensen die minder goed ter been zijn en mensen die hulpmiddelen nodig hebben. Bewoners kunnen zich veilig bewegen rondom hun woning en voelen zich ook veilig.

- Maak toegangspaden of galerijen van woongebouwen voldoende breed.
 - Zorg voor een voldoende grote lift.
- Vergroot de (beleving van de) veiligheid door middel van goede verlichting en voldoende sociale controle.
 - ▶ [Beter oud, Gezond ontwerp wijzer](#)
- Zorg voor een verkeersveilige omgeving, zodat ouderen en andere kwetsbare groepen gemakkelijk over kunnen steken.
 - ▶ [Beter oud](#)
- Breng de veiligheid van de openbare ruimte in kaart door samen met bewoners of ouderen een wijkscouw te doen. Pas bijvoorbeeld de methode 'Halt! U valt' toe.
 - ▶ [Loket gezond leven](#)
- Zorg voor een minimale deurbreedte van 85 cm zodat rolstoelen en rollators voldoende ruimte hebben en voor voldoende ruimte voor draaicirkels van rolstoelen op verschillende plekken in de woning.
- Vermijd drempels in de woning.
- Zorg voor een toegankelijke buitenruimte, zoals een tuin of balkon.

DAGELIJKSE VOORZIENINGEN, WONEN EN WERKEN ZIJN GOED GEMENGD

Levensloopgeschikte woningen staan bij voorkeur dichtbij dagelijkse voorzieningen voor zorg, ontmoeting, ontspanning en winkels. Dit bevordert zelfredzaamheid in het dagelijks leven.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde “Functies (wonen, werken, voorzieningen) zijn goed gemengd, overlastgevendende bedrijven staan op afstand”.

HEB AANDACHT VOOR VEILIGHEID EN TOEGANKELIJKHEID VAN LOOP- EN FIETSRUTES

Infrastructuur en routes zijn zo ingericht dat kinderen, ouderen en mensen met een beperking veilig en zelfstandig kunnen lopen en indien mogelijk fietsen. Veilig is zowel fysiek, bijvoorbeeld verkeersveilig, als sociaal bijvoorbeeld goed verlicht.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde “Actief vervoer (lopen en fietsen) is in beleid, ontwerp en gebruik de standaard”.

MAAK AANTREKKELIJKE PLEKKEN IN DE WOONOMGEVING TOEGANKELIJK VOOR OUDEREN EN MENSEN MET EEN BEPERKING

Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Aantrekkelijke plekken zijn voor iedereen toegankelijk en veilig te bereiken.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde “Voor iedereen zijn er –dichtbij en toegankelijk- aantrekkelijke plekken”.

STIMULEER ZELFREDZAAMHEID EN HET (LANGER) ZELFSTANDIG WONEN

Overheidsbeleid is gericht op langer zelfstandig wonen en bevorderen van zelfredzaamheid van mensen. Dit vraagt soms om gedragsverandering en ondersteuning. Participatie is een van de pijlers van het concept positieve gezondheid. Wie goed kan omgaan met gezondheidsproblemen, kan blijven participeren. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en positieve gezondheid en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.

- Bied erkende interventies op het gebied van valpreventie, zoals ‘Vallen Verleden Tijd’ of ‘Zicht op Evenwicht’.
 - ▶ [Loket gezond leven – valpreventie](#)
- Bied erkende interventies op het gebied van zelfredzaamheid van ouderen, zoals ‘Coach2Move’ of ‘FTO’.
 - ▶ [Loket gezond leven – interventieoverzicht 65+](#)
- Bied erkende interventies gericht op chronisch zieken, zoals de ‘Bewegkuur’ en ‘Sociaal Vitaal’
 - ▶ [Loket gezond leven – interventieoverzicht chronisch zieken](#)
- Bied interventies op het gebied van maatschappelijke participatie, zoals het ondersteunen van mantelzorgers en investeer in sociale netwerken.
 - ▶ [Loket gezond leven – participatie](#)
- Maak gebruik van programma's als ‘Towards an Age Friendly World’.
 - ▶ [WHO – age-friendly world](#)

GEEF HET GOEDE VOORBEELD

In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met toegankelijkheid. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!

- Draag zorg voor een goede toegankelijkheid van eigen voorzieningen.
- Draag zorg voor goede menging van eigen voorzieningen (bijv. consultatiebureau of reizigersspreekuur van de GGD en het loket burgerzaken van de gemeente) in de verschillende kernen en/of wijken.
- Draag zorg voor goede menging van maatschappelijke voorzieningen waar overheid een zegje in heeft, heb hierbij bij grote voorzieningen als instellingen voor zorg (zorgcomplexen, ziekenhuizen) en onderwijs (VO, MBO, HBO, universiteit) aandacht voor de ‘menselijke maat’ om ook in avonden en weekend een prettige leefomgeving te waarborgen.

BEVORDER PARTICIPEER: BETREK BURGERS BIJ PLANNING, ONTWIKKELING, UITVOERING, BEHEER EN EVALUATIE

Voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).

Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.

- Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de ‘handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving’.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de ‘handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving’.
 - ▶ [RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente](#)
- Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.
 - ▶ [Pharos](#)
- Leg contact met en maak gebruik van belangenorganisaties zoals ouderen-, patiëntenverenigingen of VAC-punt wonen.

PRAATPLAAT WONING



Actief vervoer

Binnenklimaat prettig en gezond

Aangename zijde

(Hout) rookvrij

Levensloop geschikte woningen

GEZONDHEIDS
CENTRUM

BRONNEN



AAGG

Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht. Zie:

<https://www.amsterdam.nl/sociaaldomein/blijven-wij-gezond/programma/>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Academische werkplaats – brommers

https://www.academischewerkplaatsmmk.nl/projecten/afgeronde_projecten/2017/adembenemende_brommers

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Amsterdamse beweeglogica

Amsterdamse Beweeglogica. De bewegende stad. Beleidsnota van de gemeente Amsterdam. Zie:

<https://www.amsterdam.nl/bestuur-organisatie/volg-beleid/bewegende-stad/>

(geraadpleegd 1 mei 2017).

Beoordelings- kader veehouderij

RIVM (2016). Handreiking beoordelingskader gezondheid en milieu - veehouderij

<https://www.rivm.nl/publicaties/handreiking-beoordelingskader-gezondheid-en-milieu-veehouderij>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Beter benutten

www.beterbenutten.nl/

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Beter oud

<https://www.beteroud.nl/voor-ouderen/zelfstandig-thuis?origin=56377>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Beweeglogica gebouwen

Gemeente Amsterdam (2016). Zie:

https://assets.amsterdam.nl/publish/pages/920651/beweeglogica_in_gebouwenn.pdf

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Beweegvriendelijke stad

Inspiratieboek De Beweegvriendelijke Stad.

<http://www.urhahn.com/de-beweegvriendelijke-stad/>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

CCV - buurtbemiddeling

<https://hetccv.nl/onderwerpen/buurtbemiddeling/>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

CCV – campagne goede burens

<https://hetccv.nl/onderwerpen/buurtbemiddeling/campagne-goede-burens/>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

Checklist binnenmilieu

gezonde school

<https://www.gezondeschool.nl/voortgezet-onderwijs/gezondheidsthemas-en-criteria-vignet/werken-aan-binnenmilieu>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

CROW

<https://www.crow.nl>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Elektrische deelauto

<https://ritjeweg.nl/deel-een-elektrische-auto>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Factsheet hitte Academische Werkplaats Milieu en Gezondheid

Factsheet van Academische Werkplaats Milieu en Gezondheid.

Blootstelling aan hitte bij ouderen in stadswoningen en gezondheid. Zie:

https://www.academischewerkplaatsmmk.nl/ufc/file2/hgm_internet_sites/unknown/e519b41c2678b1224943717164ee9ca1/pu/Factsheet_Blootstelling_aan_hitte_bij_ouderen_in_stadswoningen_en_gezondheid.pdf

(geraadpleegd 1 mei 2017).

Gemeente Utrecht – groen

www.utrecht.nl/wonen-en-leven/parken-en-groen/zelfbeheer/buurt-en-stoeptuin-spetterbadje/

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Gezonde kantine

Zie:

<https://gezondeschoolkantine.voedingscentrum.nl/nl.aspx>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Gezond gewicht

Jongeren op gezond gewicht. Zie:

<https://jongerenopgezondgewicht.nl>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Gezond ontwerp wijzer

Gezond Ontwerp Wijzer. Zie:

<https://www.gezondeleefomgeving.nl>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Gezondheidsraad (2016)

Gezondheidsraad (2016). Meewegen van gezondheid in milieubeleid. Zie:

<https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2016/07/20/meewegen-van-gezondheid-in-omgevingsbeleid>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD A'dam – bewegende stad

GGD Amsterdam (2016). De bewegende stad, theorie – literatuuronderzoek. Zie:

www.ggd.amsterdam.nl/publish/pages/473214/de_bewegende_stad.pdf

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD A'dam – houtrook

<https://www.ggd.amsterdam.nl/gezond-wonen/rook-roet-gezondheid/houtrook/>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

GGD advies lood

Aanvullend advies Lood in bodem en gezondheid (2016)

<https://www.ggdghorkennisnet.nl/thema/gezondheid-en-milieu/publicaties/publicatie/15242-aanvullend-advies-lood-in-bodem-en-gezondheid>

(geraadpleegd 8 december 2017)

GGD advies lood- toelichting

Toelichting Lood in bodem en gezondheid (2016)

<https://www.ggdghorkennisnet.nl/thema/gezondheid-en-milieu/publicaties/publicatie/15243-toelichting-lood-in-bodem-en-gezondheid>

(geraadpleegd 8 december 2017)

GGD GHOR NL, 2016

GGD GHOR NL (2016). Publieke gezondheid borgen. Een eerste inzicht in de staat van de GGD'en. Zie:

www.ggdghor.nl/nieuws/2016/03/29/Publieke-gezondheid-borgen-kan-sen-voor-versterking/

(geraadpleegd 29 mei 2017)

GGD GHOR NL, Actieplan 2017-2020

GGD'en op weg naar een rookvrije generatie. GGD-Actieplan 2017-2020.

www.ggdghor.nl/media/filebank/98aaa7d1fbc8401a850047f534544370/ggden-op-weg-naar-rookvrije-generatie.pdf

(geraadpleegd 27 november 2017)

GGD Haaglanden – binnenmilieu

GGD – Themablاد binnenmilieu en gezondheid. GGD gemeente Den Haag, versie maart 2013.

<https://www.ggdhaaglanden.nl/over/publicaties-en-onderzoeken/gezondheid-en-milieu/gezondheid-in-planvorming.htm>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD Haaglanden – geluid

GGD – Themablاد Geluid en Gezondheid in Planvorming. GGD Gemeente Den Haag, versie maart 2013. Zie:

<https://www.ggdhaaglanden.nl/over/publicaties-en-onderzoeken/gezondheid-en-milieu/gezondheid-in-planvorming.htm>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD Haaglanden – groen

GGD – Themablاد Groen en Gezondheid in Planvorming. GGD Gemeente Den Haag, versie maart 2013. Zie:

<https://www.ggdhaaglanden.nl/over/publicaties-en-onderzoeken/gezondheid-en-milieu/gezondheid-in-planvorming.htm>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD Haaglanden – planvorming

Gezondheid in planvorming (2013) van GGD Haaglanden. Zie:

<https://www.ggdhaaglanden.nl/over/publicaties-en-onderzoeken/gezondheid-en-milieu/gezondheid-in-planvorming.htm>

(geraadpleegd 22 mei 2017)

GGD richtlijn asbest in woningen

RIVM (2014). GGD-Richtlijn medische milieukunde: Gezondheidsrisico's van asbest in woningen en publieke gebouwen. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-gezondheidsrisico-van-asbest-in-woningen-en-publieke>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD richtlijn gezonde woningbouw

GGD NL (2005), GGD richtlijn medische milieukunde. Gezonde woningbouw.

<https://www.rivm.nl/ggd-richtlijn-gezonde-woningbouw>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD richtlijn geluid (in ontwikkeling)

<https://www.rivm.nl/publicaties/meldingen-over-bromtoon-voorlopige-ggd-richtlijn-medische-milieukunde>

GGD richtlijn geur

RIVM (2015), GGD-richtlijn medische milieukunde. Geur en gezondheid.

RIVM Rapport 2015-0106. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/geur-en-gezondheid-ggd-richtlijn-medische-milieukunde-onderdeel-veehouderij-en-geur-in>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD richtlijn koolmonoxide

RIVM (2012), GGD-richtlijn medische milieukunde: koolmonoxide in woon- en verblijfsruimten. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-koolmonoxide-in-woon-en-verblijfsruimten>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD richtlijn kwik

RIVM (2012), GGD-richtlijn medische milieukunde: Kwik in het binnenmilieu en gezondheid. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-kwik-in-bin-nenmilieu-en-gezondheid>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD richtlijn lucht

RIVM (2008), GGD-richtlijn medische milieukunde. Luchtkwaliteit en gezondheid.

RIVM Rapport 609330008. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-luchtkwali-teit-en-gezondheid-0>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD richtlijn schimmel en vocht

RIVM (2012), GGD-richtlijn medische milieukunde: Schimmel- en vochtproblemen in woningen. RIVM Rapport 609300022. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-schim-mel-en-vochtproblemen-in-woningen>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

GGD richtlijn veehouderij

RIVM (2018), GGD-richtlijn medische milieukunde veehouderij en gezondheid.

<https://www.infomil.nl/onderwerpen/landbouw/gezondheid/handreiking/>

GGD richtlijn ventilatie woningen

RIVM (2009), GGD-richtlijn medische milieukunde. Beoordeling van ventilatie en ventilatievoorzieningen van woningen. Zie:

www.rivm.nl/Documenten_en_publicaties/Wetenschappelijk/Rapporten/2010/maart/GGD_richtlijn_medische_milieukunde_Beoordeling_van_ventilatie_en_ventilatievoorzieningen_van_woningen

(geraadpleegd 1 mei 2017).

GGD richtlijn winterse omstandigheden

RIVM (2012), GGD-richtlijn medische milieukunde. Gezondheidsrisico's van winterse omstandigheden. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-gezondheids-ricos-van-winterse-omstandigheden>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD richtlijn zomerse omstandigheden

RIVM (2013) GGD-richtlijn medische milieukunde: Gezondheidsrisico's van zomerse omstandigheden. Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties/ggd-richtlijn-medische-milieukunde-gezondheids-ricos-van-zomerse-omstandigheden>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

GGD standpunt houtrook

Zie: <https://ggdghor.nl/thema/houtrook/>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Handboek prettige plekken

Kuitert K, Maas R (2016). Handboek prettige plekken. Zie:

<https://www.prettigeplekken.nl>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Handboek speelnatuur

Natuurspeeltuin de Speeldernis, GGD Rotterdam-Rijnmond, Wageningen

Universiteit en Research Centrum (2009). Speelnatuur in de stad, hoe maak je dat?

Zie:

<https://www.speeldernis.nl/index.php/organisatie/speelnatuur/>

(geraadpleegd 29 mei 2017)

Hardlopen

<https://www.hardlopen.nl/artikelen/beleving/21-hardlooprotes-in-amsterdam>

(geraadpleegd 28 januari 2018)

Huber (2012)

Huber M, Knottnerus JA, Green L, van der Horst H, Jadad AR, Kromhout D, Leonard B, Lorig K, Loureiro MI, van der Meer JW, Schnabel P, Smith R, van Weel C, Smid H.

How should we define health? BMJ. 2011 Jul 26;343

Zie ook:

<https://www.loketgezondleven.nl/vraagstukken/positieve-gezondheid>

(geraadpleegd 29 mei 2017)

Infomil – A'dam schoon en zuinig

www.infomil.nl/onderwerpen/duurzaamheid-energie/vervoermanagement/overheden-overheden/amsterdam_schoon_en/

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Inspiratiegids

EMGO+ Instituut GGD Werkgroep Groen en Gezondheid, Kenniscentrum Recreatie, Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedkwaliteit en Plant Publicity Holland (2010). Een groene gezonde wijk. Inspiratie voor de praktijk. Zie:

https://www.springzaad.nl/litdocs/een_groene_gezonde_wijk.pdf

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Inspiratiegids participatie

Aan de slag met de omgevingswet. Inspiratiegids participatie:

<https://aandeslagmetdeomgevingswet.nl/participatieomgevingswet/>

(geraadpleegd 29 mei 2017)

Juridisch loket

<https://www.juridischloket.nl/wonen-en-buren/buren/geluidsoverlast/>

(geraadpleegd 23 januari 2018)

Kenniscentrum sport

<https://www.kenniscentrumsport.nl/sportinterventies-en-beweeginterventies/>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Kenniscentrum wonen en zorg

Kenniscentrum Wonen-Zorg:

https://www.kcwz.nl/nieuws/specials/levensloopgeschied_bouwen_bouwen_voor_de_toekomst

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Kennisplatform veehouderij

<https://www.kennisplatformveehouderij.nl/>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Kijk een gezonde wijk

www.kijkeengezondewijk.nl/#/

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Loket gezond leven - Alcohol

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/leefstijlthemas/alcohol>

Loket gezond leven – depressie

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/leefstijlthemas/depressie/integrale-aanpak/pijler-voorlichting-en-educatie>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Loket gezond leven – interventie-overzicht 65+

<https://interventies.loketgezondleven.nl/interventieoverzicht7/65>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Loket gezond leven – interventie-overzicht chronisch ziekten

<https://interventies.loketgezondleven.nl/interventieoverzicht3>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Loket gezond leven – overgewicht

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/leefstijlthemas/overgewicht/een-integrale-aanpak>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Loket gezond leven – participatie

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/succesfactoren/participatie>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Loket gezond leven – sport en bewegen

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/leefstijlthemas/sport-en-bewegen/een-integrale-aanpak>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Loket gezond leven – valpreventie

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/themadossiers/gezond-en-vitaal-ouder-worden/valpreventie>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Milieucentraal – groen dak

<https://www.milieucentraal.nl/in-en-om-het-huis/klussen/groen-dak/>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

NPR-CR-1752

Norm NPR-CR-1752:1999 en. Ventilatie van gebouwen – Ontwerpcriteria voor de binnenomstandigheden. Zie:

<https://www.nen.nl/NEN-Shop/Norm/NPRCR-17521999-en.htm>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Ondernemers voor gezond A'dam

<http://ondernemersvooreengezondamsterdam.nl>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Ontwerpgids meegroeiwonen

<http://www.meegroeiwonen.info/default.asp>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Overstappen naar 2040

<https://www.rijksoverheid.nl/documenten/brochures/2016/12/15/overstappen-naar-2040>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Pharos

<https://www.pharos.nl/over-pharos/programmas-pharos/programma-versterken-eigen-regie/>

(geraadpleegd 29 november 2017)

Place standard

<https://placestandard.scot>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Platform31

<https://www.platform31.nl>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Platform buitenspelen

<https://www.platformbuitenspelen.nl>

(geraadpleegd 29 november 2017)

RIVM factsheet preventieve ouderenzorg

RIVM (2016). Factsheet Goede preventieve ouderenzorg: welke elementen zijn van belang? Zie:

<https://www.rivm.nl/publicaties?objectid=bc85226e-cb7c-4019-ae20-a2899c-4394da&ty-pe=pdf&disposition=inline>

(geraadpleegd 29 mei 2017)

RIVM handreiking bewoners- participatie

Fast T, den Broeder L. Handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving. RIVM 2016. Zie:

<https://www.rivm.nl/documenten/handreiking-bewonersparticipatie-bij-inrichting-van-gezonde-leefomgeving>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

RIVM handreiking gezonde gemeente

Loket Gezond Leven van het RIVM. Handreiking Gezonde Gemeente. Zie:

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

RIVM handreiking gezonde gemeente – roken

<https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/leefstijlthemas/tabak>

(geraadpleegd 17 januari 2018)

RIVM-NOA 2017

Staatsen B, van Alphen Th, Houweling D, van der Ree J, Kruize H. Gezonde leefomgeving, gezonde mensen. RIVM Rapport 2016-0172. Zie:

<https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2016-0172.pdf>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

RIVM stille zijde

RIVM 2013. De invloed van een stille zijde bij woningen op gezondheid en welbehagen. RIVM briefrapport 630650005/2013. Zie

<https://www.rivm.nl/publicaties?objectid=9de1b3d7-d420-44ec-af38-0736b7ecfc27&-type=org&disposition=inline>

(geraadpleegd 8 december 2017)

RIVM toolkit houtrook

<https://www.rivm.nl/toolkit-houtrook-en-gezondheid>

(geraadpleegd 17 januari 2018)

RIVM waterkwaliteits- check

RIVM 2017. De 'waterkwaliteitscheck' voor nieuwe en bestaande stedelijk water concepten. RIVM rapport 2017-0012. Zie:

<https://www.rivm.nl/zwemwater/stedelijk-water>

(geraadpleegd 23 mei 2017)

Rookvrije generatie

<http://rookvrijegeneratie.nl>

(geraadpleegd 16 januari 2018)

Rotterdam buitenspeelnorm

Maas R, Steemers M, van den Bogaard J. (2008) Rotterdamse norm voor buitenspeelruimte.

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Schoon onderwijs project

www.ggdghorkennisnet.nl/thema/digitale-toolkit-milieu-en-natuur/milieu/instrumenten

(geraadpleegd 23 januari 2018)

Stookwijzer

<https://www.stookwijzer.nu>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Stop kindermarketing

<https://www.stopkindermarketing.nl>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Tabaks- en rookwarenwet

<https://wetten.overheid.nl/BWBR0004302/2017-07-01#Paragraaf3>

(geraadpleegd 17 januari 2018)

Team fit

<https://teamfit.nl>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

Trimbos Instituut

www.rokeninfo.nl/professionals/wet-en-beleid/beleid-gericht-op-preventie/rook-verboden

(geraadpleegd 29 november 2017)

Tour de force 2020

<https://www.fietsberaad.nl/tour-de-force/home>

(geraadpleegd 24 januari 2018)

van Kempen (2008)

Kempen EEMM van, Houthuijs DJM. Omvang van de effecten op gezondheid en welbevinden in de Nederlandse bevolking door geluid van weg- en railverkeer.

Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu; 2008.

van Zanten (2015)

van Zanten MC van, Berkhout JPJ, Wesseling JP, Mooibroek D, Nguyen PL, Groot Wassink H, Sanders A. Monitoringsrapportage NSL 2015: Stand van zaken Nationaal Samenwerkingsprogramma Luchtkwaliteit. Bilthoven: RIVM Rapport 2015-0166.

<https://www.rivm.nl/publicaties/monitoringsrapportage-nsl-2015-stand-van-zaken-nationaal-samenwerkingsprogramma>

(geraadpleegd 1 mei 2017)

Veilig Verkeer Nederland

<https://vvn.nl>

(geraadpleegd 30 november 2017)

VTV 2014

RIVM (2014). Een Gezonder Nederland - Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014

WHO – age-friendly world

<https://www.who.int/ageing/age-friendly-world/en/>

(geraadpleegd 25 januari 2018)

Woonkeur

Zie

<https://www.skw-certificatie.nl/woonkeur.html>

NISB

Website Alles over sport. Zie:

<https://www.allesoversport.nl/onderwerp/Beweegvriendelijke+omgeving/>

Gemeente Rotterdam (2016).

Kom op naar buiten. De Rotterdamse integrale visie op spelen, sporten, bewegen en ontmoeten.

Programma Gezonde School. Zie

<https://www.gezondeschool.nl>

COLOFON

Deze kernwaarden zijn opgesteld door de werkgroep Ruimtelijke Ordening van GGD GHOR Nederland Vakgroep Milieu en Gezondheid in samenwerking met het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en vele andere GGD collega's. De kernwaarden zijn gebaseerd op diverse werksessies met, en input van, deskundigen uit de werkvelden Milieu en Gezondheid, Gezondheidsbevordering, Infectieziektebestrijding en Gezondheidsbeleid.

De kernwaarden zijn op 9 februari 2018 vastgesteld door de DPG-raad van GGD GHOR Nederland.

Contact opnemen met de werkgroep kan via postbus@ggdghor.nl en cgm@rivm.nl.

© Copyright 2020 GGD GHOR Nederland



GGD GHOR Nederland
Zwarte Woud 2
3524 SJ Utrecht

