

31 maart 2023
10.00 – 12.00 uur

Webinar
**Leefomgeving,
gezondheidsverschillen en
stress**



GEZOND IN ...
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN

Praktische mededelingen

Webinar wordt opgenomen (evt. camera uit)

Microfoon uit

Vragen via de chat

Programma 10.00 – 12.00 uur

- Welkom en opzet bijeenkomst
Annette Duivenvoorden, Platform31| GezondIn
- Leefomgeving en gezondheidsverschillen
Karen Hosper, Pharos
- Verkenning gezonde leefomgeving in kwetsbare wijken
Maarten Hoorn, Platform31 | GezondIn
- Bouwstenen en lessen uit Zwolle Gezonde Stad
Ingrid Bakker, Hogeschool Windesheim
- De Gezonde Stad Index
Eke Schins-Derksen, Arcadis
- Korte reflectie op de presentaties
Marieke Zwaving, strateeg gezonde stad en regio, gemeente Groningen
- Vervolg en korte enquête



PHAROS



Webinar 31 maart 2023

Leefomgeving en gezondheidsverschillen

Karen Hosper
Judith Venderbos
Tessa van Loenen



Laag inkomen? 7 tot 8 jaar korter leven



LEVENSV ERWACHTING



Mensen met een **laag inkomen** en **lage opleiding** leven

15 jaar

minder lang
in goede gezondheid



Lage opleiding



mannen met
een lage opleiding
leven ±

5,8 jaar
korter



vrouwen met een lage
opleiding
leven ±

4,3 jaar



Laag inkomen



mannen met
een laag inkomen
leven ±

8,2 jaar
korter

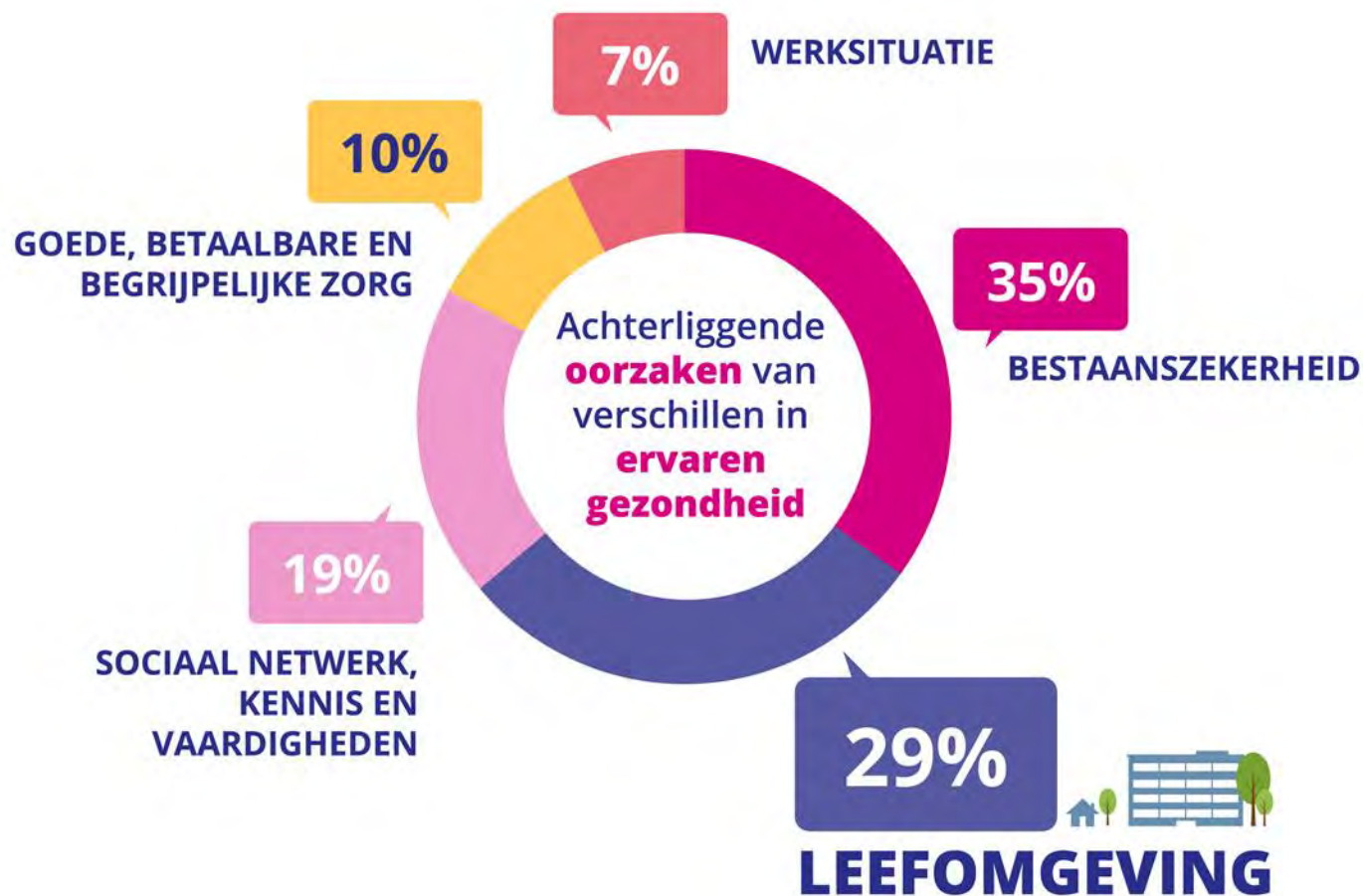


vrouwen met een laag
inkomen
leven ±

6,7 jaar

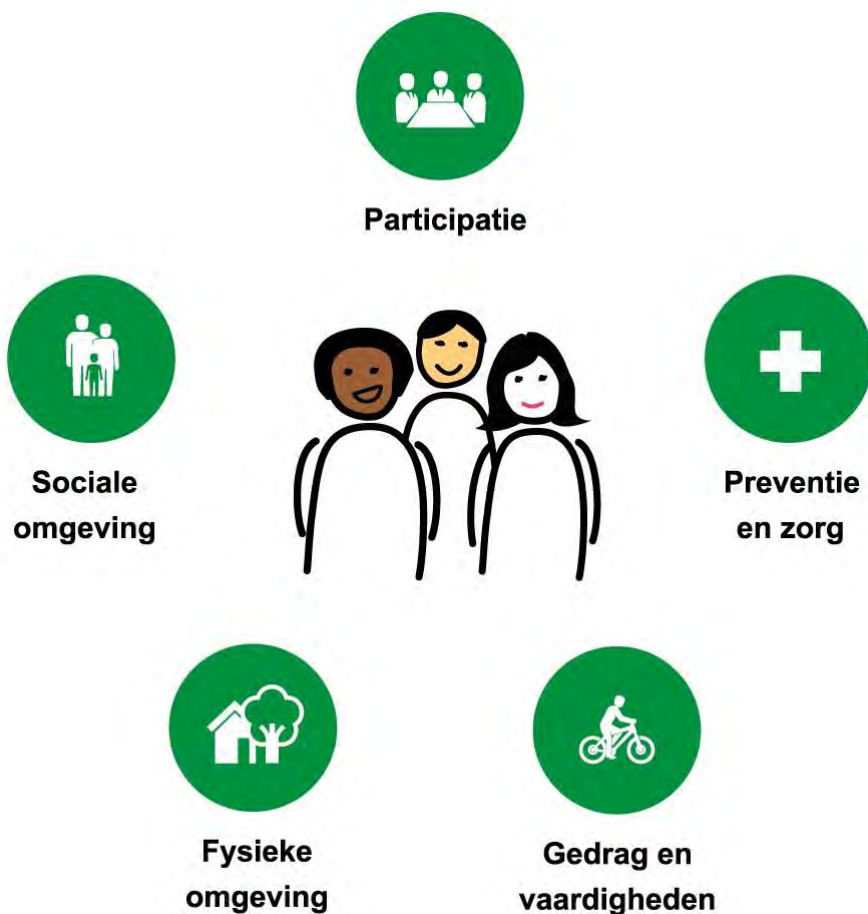
Achterliggende oorzaken van verschillen in ervaren gezondheid

(Europese studie WHO 2019)



Woningnood
Gebrek aan groen
Onveiligheid
Slechte luchtkwaliteit
Overbehuizing

Leefomgeving raakt aan vele determinanten van gezondheid



Kennisvragen

- Via welke wegen heeft leefomgeving invloed op gezondheidsverschillen?
- Welke rol speelt chronische stress?
- Wat betekent dit voor beleid gericht op terugdringen SEGV?

Invloed leefomgeving op gezondheidsverschillen

Bestuur/beleid/regelgeving

bijvoorbeeld

- Subsidies
- Huisvestingbeleid/woningnood
- Keuzes infrastructuur en industrie

Leefomgeving

Sociale factoren	Voorzieningen in de omgeving	Schadelijke factoren
bijvoorbeeld	bijvoorbeeld	bijvoorbeeld
Populatie samenstelling	Zorg	Luchtvervuiling
Sociale veiligheid	Veilige infrastructuur	Binnenmilieu (lood / schimmels)
Omgevingsgeluid	Sport / spel/ ontmoetingsplekken	Temperatuur
Criminaliteit	Groen, natuur en water	

Individu

Gezondheids-gedrag

(Chronische) stress

Verhoogde vatbaarheid

Fysieke en mentale gezondheid

Impact op gezondheid afhankelijk van:

- Veerkracht
- Persoonlijke factoren (SES, leeftijd)
- Sociale steun
- Andere aanwezige stressoren in leven (armoede, discriminatie)

Gezondheidsverschillen

Stress verhogende kenmerken van kwetsbare wijken

- **Segregatie** >> clustering van inwoners met sociale en gezondheidsproblemen >> *syndemische kwetsbaarheid* >> minder sociaal kapitaal (o.a. sociale steun en hulp van anderen)
- **Opeenstapeling van negatieve omgevingsfactoren**: geluidsoverlast, sociale onveiligheid, criminaliteit, gebrek aan voorzieningen, weinig aantrekkelijk groen etc
- **Hogere blootstelling aan schadelijke factoren**: nabijheid van snelwegen, fabrieken en door slechter binnenklimaat >> *environmental injustice*
- **Verhoogde vatbaarheid van inwoners voor effect schadelijke stoffen**



Buurten met de laagste inkomens hebben:

- Slechtere luchtkwaliteit (meer fijnstof en stikstof)
- Meer verkeerslawaaï
- Meer ongezond voedselaanbod (pizzeria's, doner, patat, hamburgerrestaurants etc)
- Meer steen en asfalt en daardoor meer hitte stress
- Minder groen en vaak van mindere kwaliteit
- Minder mensen met een tuin (en de tuinen zijn kleiner)
- Vaker scholen met slechte ventilatie
- Vaker woningen met slechter binnenmilieu

Wat geeft mensen chronische stress?

Geldzorgen



Discriminatie



Slechte woning



Overlast in de buurt



Werkloosheid



Ingewikkelde post



Weg niet kunnen vinden



Afspraak bij de dokter



Ruzie maken

LEVENSGEBEURTENISSEN



verlies dierbare



echtscheiding



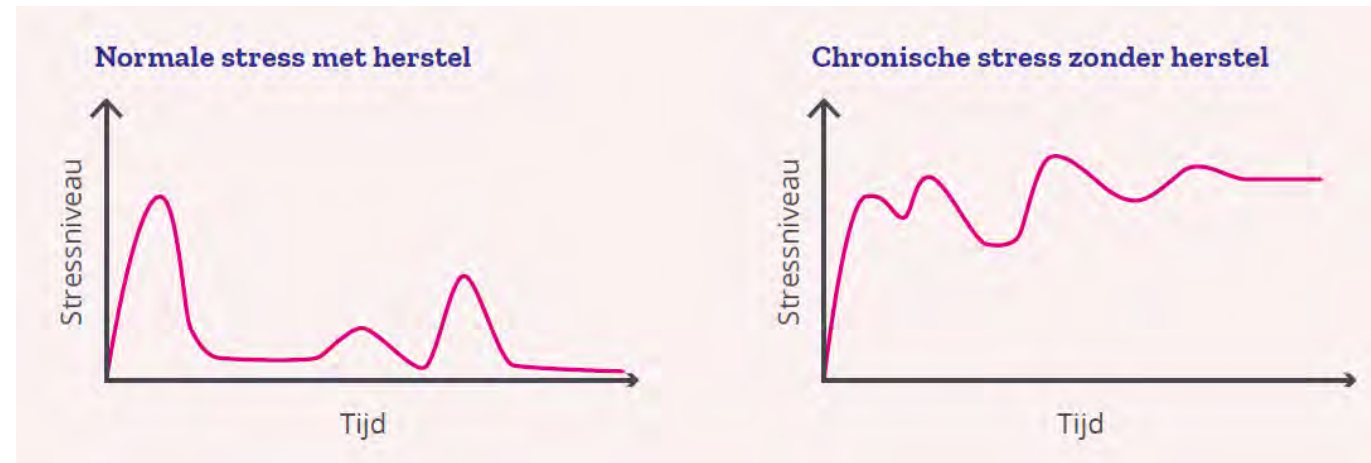
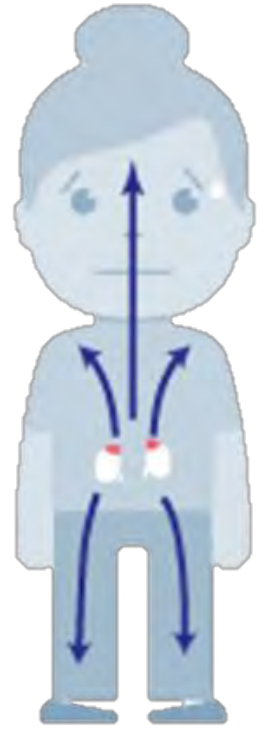
verhuizing



migratie

Hoe werkt stress door op gezondheid?

- Een normale en gezonde reactie op een stressor
- Hormonen komen vrij (cortisol, adrenaline,..)
- Bij *chronische stress*
 - ontregelen processen in organen en hersenen
 - kost het veel energie om lichaam te herstellen en in balans te krijgen
- Dat leidt tot schade aan organen, hart- en vaatstelsel, stofwisseling, immuunsysteem, hersenen
- Stresssysteem ontwikkelt zich in je jeugd



Gevolgen van chronische stress

Fysiek

-  **Hart- en vaatziekten**
-  **Diabetes**
-  **Obesitas**
-  **Vroegtijdige veroudering (DNA verandert)**
-  **Verminderde vruchtbaarheid**
-  **Afweersysteem vermindert**



Cognitief

-  **Concentratie problemen**
-  **Minder goed geheugen**
-  **Impulsief gedrag**
-  **Moeite met plannen en organiseren**
-  **Moeite met emoties reguleren**

Mentaal

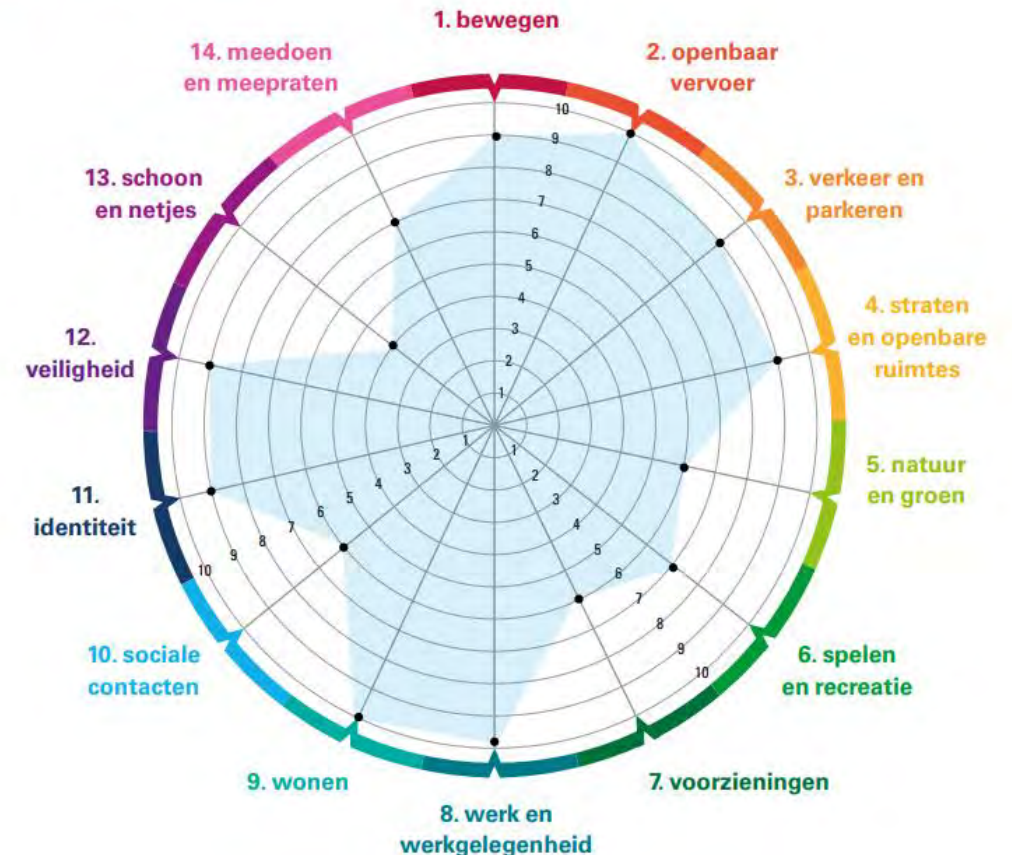
-  **VERSLAVING**
-  **DEPRESSIE**
-  **ANGST**
-  **ALZHEIMER**

Wat draagt bij aan stress verlagende omgeving?

- Wegnemen van de stressoren die bewoners ervaren: ga in gesprek!
- Samenstelling wijk - sociaal kapitaal versterken: buurtrelaties, buurtnetwerken, onderlinge steun en hulp
- Investeren in aantrekkelijk groen:
 - werkt stress verlagend
 - nodigt uit tot bewegen
 - verbetert de luchtkwaliteit
 - gaat hittestress tegen

<https://www.pharos.nl/kennisbank/de-leefplekmeter-wat-vind-je-van-je-leefplek/>

DE LEEFPLEKMETER



Adviezen voor beleidsmakers

1. Breng ongelijkheid in leefomgeving in kaart (verschillen tussen wijken)
2. **Werk domeinoverstijgend** – factoren raken aan meerdere domeinen
3. Betrek inwoners bij de ontwikkeling en uitvoering
4. **Differentieer in de aanpak tussen wijken en binnen wijken**
5. Denk aan passende hardware, orgware en software
6. **Zet in op stressverlagende maatregelen**
7. Voorkom dat beleid verschillen juist verder vergroot
8. Ga voor lange termijn aanpak op meerdere aspecten van leefomgeving tegelijk
9. Kies je strategie op basis van draagvlak en urgentie

Verder lezen?



PHAROS
Kenniscentrum Gezondheidsverschillen

<https://www.pharos.nl/kennisbank/leefomgeving-en-gezondheidsverschillen/>



PHAROS

<https://www.pharos.nl/kennisbank/leven-met-ongezonde-stress/>

PHAROS

Berichten uit de Teams chat



Tips

- Onderzoek Pharos: Leefomgeving en gezondheidsverschillen
- Enkele onderzoeken over armoede en genetica:
 - https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3599880
 - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7514036/>
 - <https://www.nature.com/articles/nature.2016.19972>
- Onderzoek over het ervaren van groen: Associations between Nature Exposure and Health: A Review of the Evidence

31 maart 2023

Maarten Hoorn

Omgeving en gezondheid



PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVerschillen

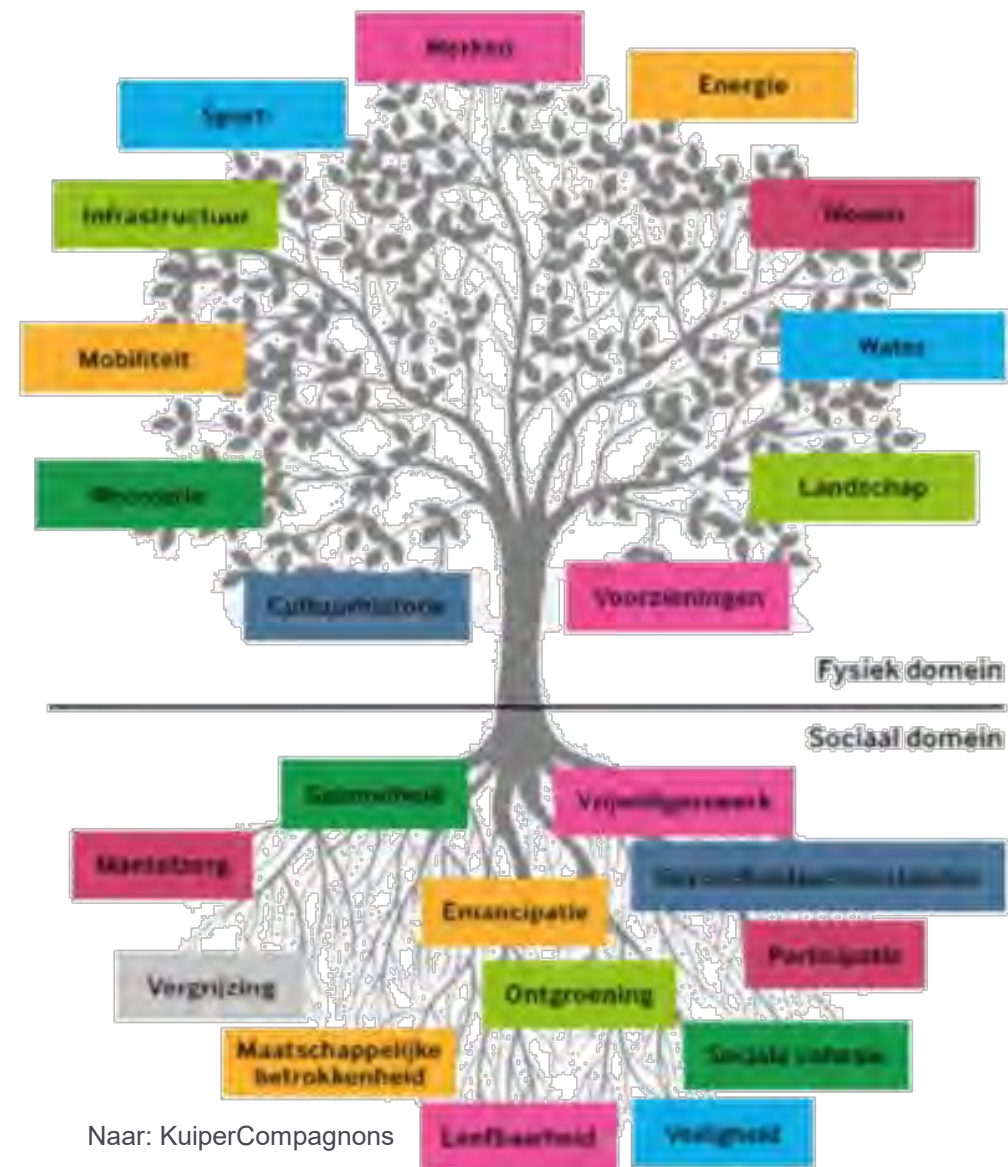
PLATFORM31
kennis van stad en regio



GEZOND IN ...
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSachterstanden

Opzet

- Gezonde leefomgeving en stress
- Beschikbare kennis
- Maatwerk



Aanleiding Omgeving en gezondheid

Verbinden gezondheid en ruimte

- Gezondheid staat expliciet in **Omgevingswet**
- Meer praktijkervaringen met opstellen **omgevingsvisies**
- Landelijke nota **gezondheidsbeleid 2020-2024**: Gezondheid in de fysieke en sociale leefomgeving

- Inspiratie- en werkboek gezondheid en ruimte
- Gezondheid in omgevingsvisies
- Gezonde leefomgeving in kwetsbare wijken



Gezonde leefomgeving

- Beschermen
- Bevorderen
- Faciliteren



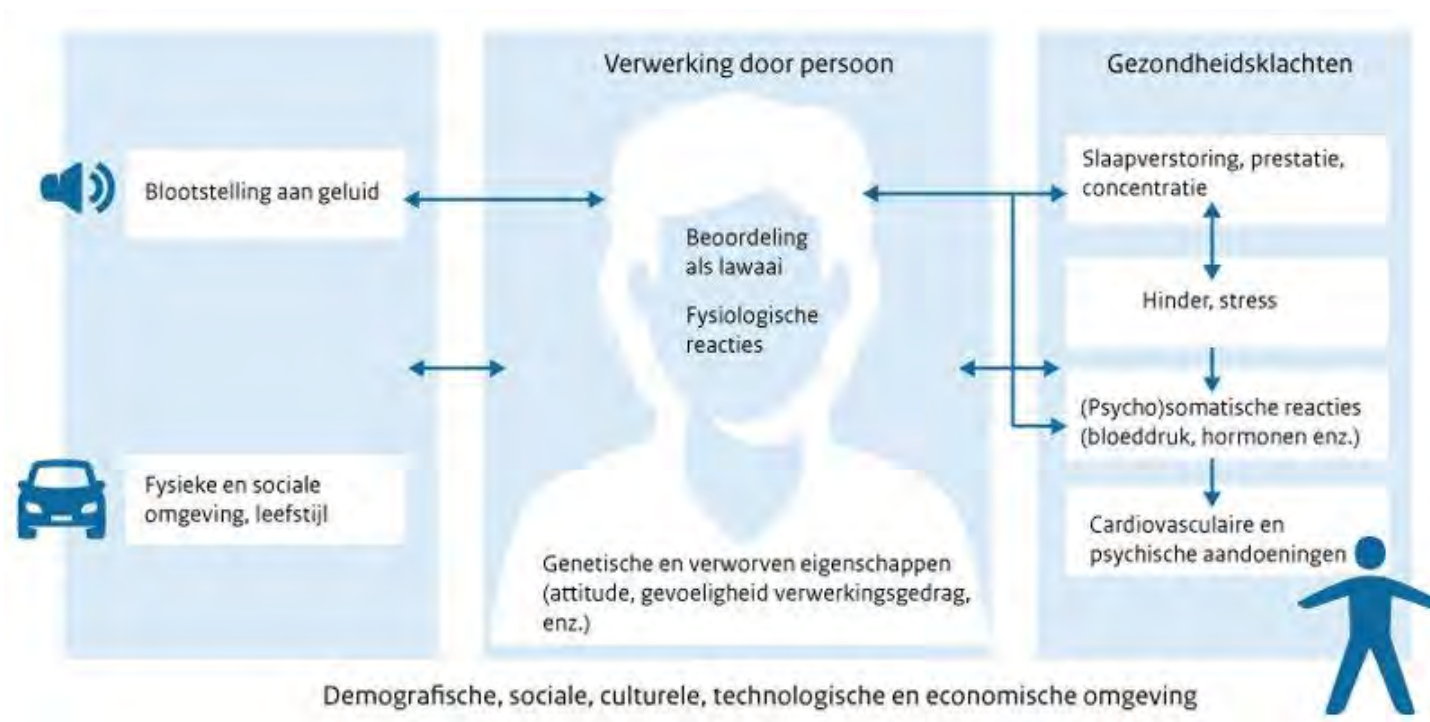
Gezonde leefomgeving en stress

- Beschermen
 - Geluidsoverlast (wegen, burens, bedrijven)
 - Onveilige omgeving (sociaal, verkeer)
 - Binnenmilieu woning (tocht, schimmel, energierekening)
- Bevorderen
 - Aanwezigheid groen
 - Versterken sociale cohesie
 - Mogelijkheden bewegen, sporten, spelen
- Faciliteren
 - Keuzevrijheid woningen
 - Voorzieningen nabij: school, sport, arts, openbaar vervoer



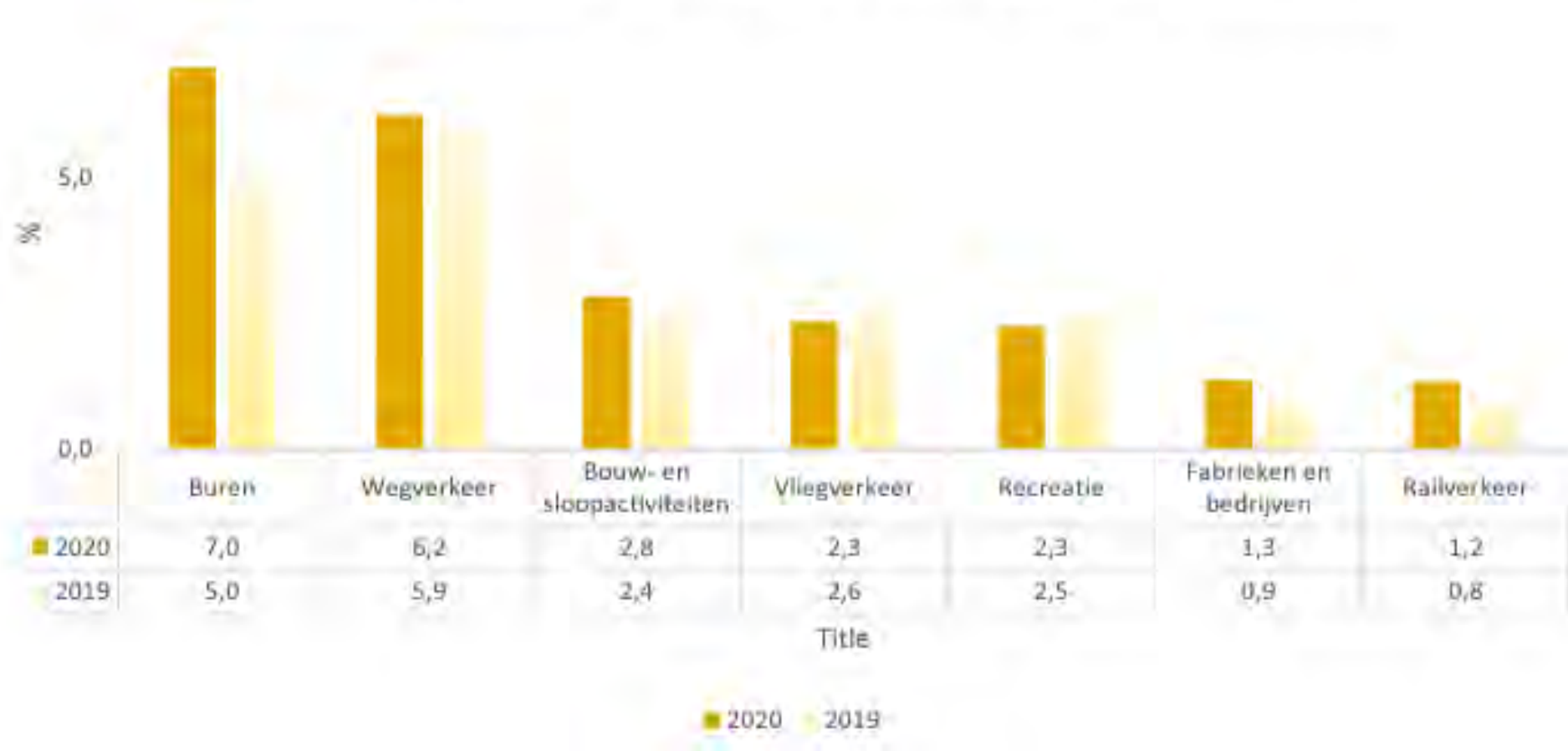
Stress en geluid

- Complexe relatie tussen geluidbelasting en gezondheidseffecten:
 - afhankelijk van eigenschappen (intensiteit, frequentie en duur);
 - maar ook: context, attitude, coping stijl, gevoeligheid.



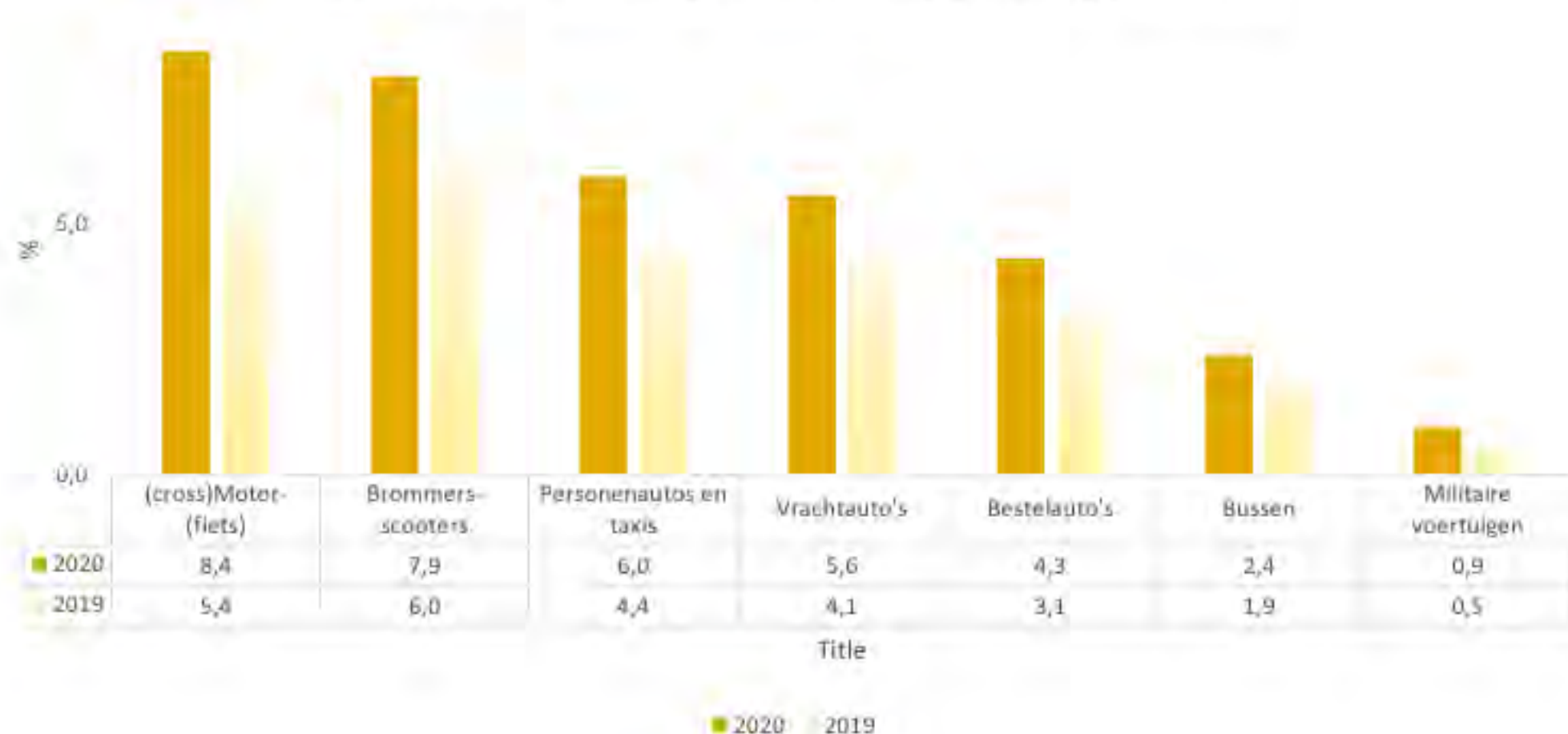
Geluidsoverlast

Geluidbronnen (brongroepen): ernstige slaapverstoring (percentage, 2020-2019)



Geluidsoverlast

Wegverkeersbronnen: ernstige slaapverstoring (percentage, 2020-2019)



Geluidsoverlast



31 maart 2023

Kennis



PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN

PLATFORM31
kennis van stad en regio



GEZOND IN ...
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN

Kennis

- Ondermijnende belasting is hoger in kwetsbare wijken: slechter fysieke leefomgeving
- Slechtere luchtkwaliteit
- Minder beschikbaarheid gezond eten – verband met voedselinname diffuus

- Groen heeft positiever effect voor lage ses
- Buurttuinen: positieve impact op lichaamsgewicht en bloeddruk, meer lichamelijke activiteit en toename kennis over voedsel

- Beweegvriendelijke omgeving: positief effect, geen verschillen tussen groepen
- Aantrekkelijkheid van beloopbaarheid → toename lopen
 - Objectieve en ervaren beloopbaarheid en ervaren persoonlijke veiligheid

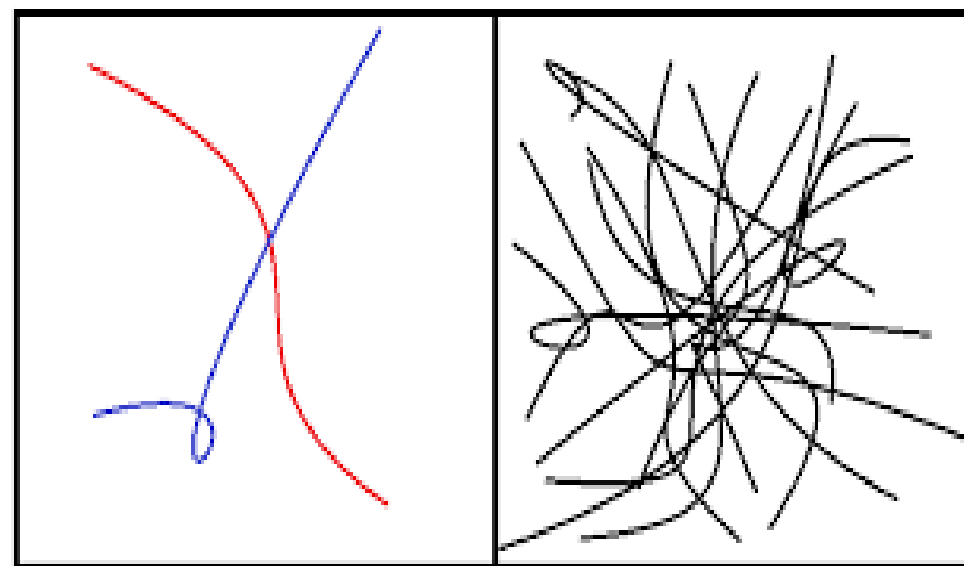
Kennis

- Onderzoek onder bewoners en wijkprofessionals:
 - groen in de wijk
 - natuur en recreatiegebieden
 - speel- en beweegruimte
 - aanwezigheid van voorzieningen (zoals scholen)
 - aantrekkelijke openbare ruimte
 - gezond voedselaanbod
 - afwezigheid van omgevingslawaai



Lessons learned

- Wicked problem (complex, geen eenduidige oorzaak of oplossing)
- Lange looptijd, lange adem
- Samenwerking tussen beleid en praktijk
- Samenwerken met bewoners



Traditional Problem

Wicked Problem

31 maart 2023

Maatwerk



PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN

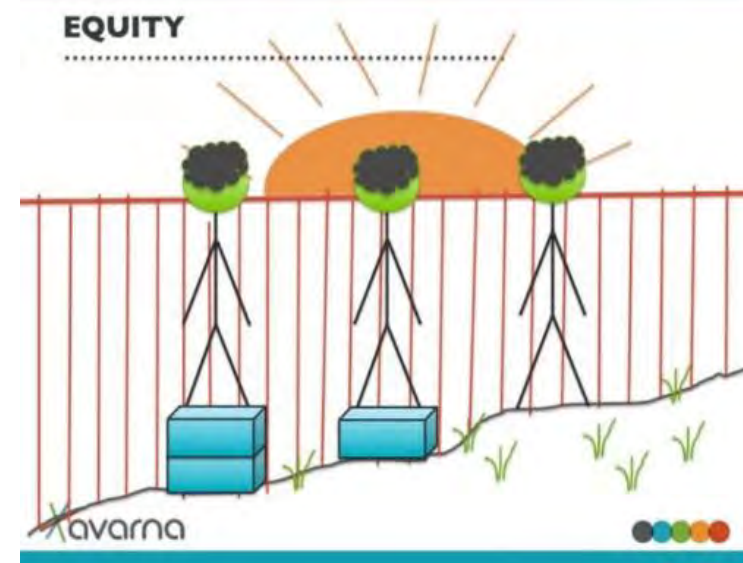
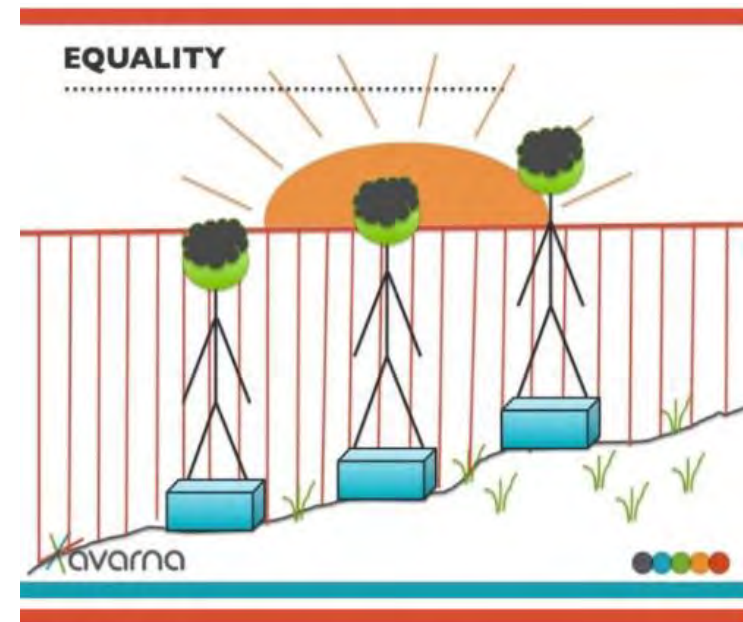
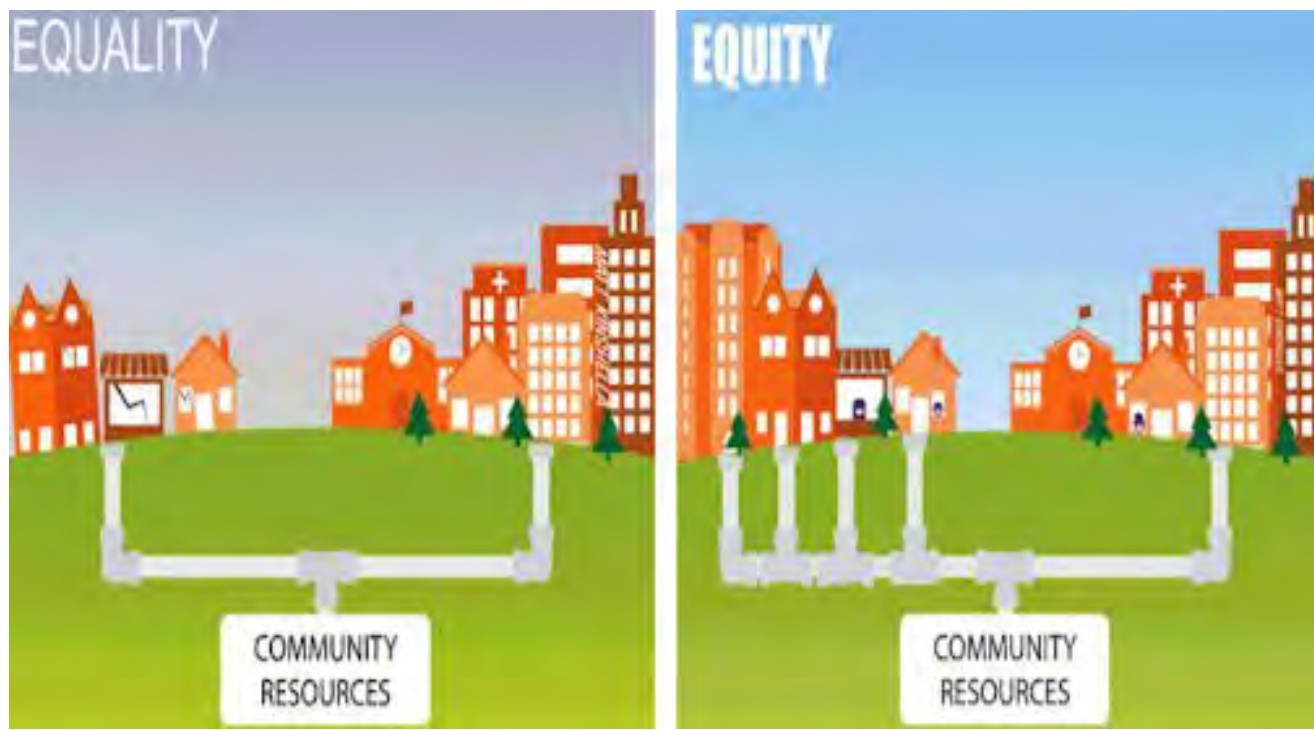
PLATFORM31
kennis van stad en regio



GEZOND IN ...
LOKALE AANPAK GEZONDHEIDSACHTERSTANDEN

Gezonde leefomgeving

- Hardware: fysieke ingrepen
- Software: gebruiken door doelgroep
- Orgware: verankering in beleid, opdrachten en cultuur



Hardware

- Vermindering geluid
- Luchtkwaliteit verbeteren
- Fiets- en voetpaden
- Speelplekken
- Sportplekken
- Groen
- Hittestress verminderen
- Nabijheid voorzieningen
- Ontmoetingsplekken
- Openbaar vervoer
- Goede verlichting
- Gezond binnenklimaat



Software

- Wat werkt voor welke groep? → hierin kennislacune
 - Breng in kaart wat de gezondheidsopgave is
 - Ga kenmerken en achtergronden van bewoners na
 - Ga met bewoners in gesprek
- differentieer in aanpak



Orgware

- Wijze waarop verankering in proces plaatsvindt
 - Interne en externe samenwerking bij plannen en projecten
 - Goede context: beleid op orde, samenwerkingen
 - Vertaling van gezondheid naar gebieden
- heb aandacht voor juiste proces en niet alleen op inhoud





31 maart 2023

Kortom



Conclusies

- Gezonde leefomgeving verschilt per gebied
- Ga uit van lange adem
- Heb aandacht voor de bewoners



Bedankt voor jullie aandacht!

Vragen? Neem contact op!

Maarten Hoorn: maarten.hoorn@platform31.nl – 06-10156708



Berichten uit de Teams chat (1)



Tips

- Onderzoek Platform31: Verkenning gezonde leefomgeving in kwetsbare wijken
- Stichting Steenbreek: Minder gezondheidsklachten bij mensen met groene tuin
- Sjerp de Vries (WUR): Publicatie over groen en gezondheid
- Kennisbank Sport & Bewegen: Richtlijnen/normen beweegspeel- en sportplekken
- GezondIn: Inspiratieboek voor woningcorporaties en gemeenten
- NOCNSF: Geluidshinder en sportverenigingen

Berichten uit de Teams chat (2)



Tips

- GGD'en kunnen gemeenten ook adviseren over geluid en sportvelden. En licht (denk aan sterke lichtbronnen laat in de avond). En zijn bekend met zowel lokale context als inhoud.
- Ministerie I&W: [Activiteitenbesluit voor sportvelden](#)
- Pharos: [De Leefplekmeter](#)
- Onderzoek over het effect van groen op gezondheid: [Nearby green space and human health: Evaluating accessibility metrics](#)

Geleerde praktijklessen 'Twaalfjaar Zwolle Gezonde Stad'

ZWOLLE
GEZONDE
STAD

Webinar 'Leefomgeving, gezondheidsverschillen en stress'
Vrijdag 31 maart 2023

Ingrid Bakker

Programmamanager Urban Innovation
associate lector Gezonde Leefomgeving, lectoraat Urban Innovation
hogeschool Windesheim, locatie Almere

Promovendus:

Dr. Lisa Wilderink (hogeschool Windesheim / Vrije Universiteit Amsterdam)

Promotieteam:

dr. ir. Ingrid Bakker (projectleider, hogeschool Windesheim)
dr. Carry Renders (VU Amsterdam)
prof. dr. ir. Jaap Seidell (VU Amsterdam)
prof. dr. ir. Jantine Schuit (Universiteit van Tilburg)

Website: project-mapz.nl



Opbouw

1. Samenwerking binnen Zwolle Gezonde Stad
2. Onderzoek naar 12 jaar integrale aanpak Zwolle Gezonde Stad (2010-2022)
3. Geleerde lessen
 - a. *Key elements*
 - b. Project MAPZ: Meedenkend, Actief en Participerend Zwolle
 - met kinderen
 - met ouderen

Elders ook toepasbaar! -> u ontvangt de linken naar de online resultaten in de chat

2010: Zwolle, eerste JOGG stad

ZWOLLE
GEZONDE
STAD



Breed politiek draagvlak 2010 - 2013



**Burgermeester
Henk Jan Meijer:**
o.a. Openbare Orde en
Veiligheid

Wethouder Filip van As:
Onderwijs
Sociale Zaken en Werkgelegenheid
Jeugd
Beheer Openbare Ruimte



Wethouder Nelleke Vedelaar :
Welzijn
Herstructurering
Cultuur

Wethouder Rene de Heer:
Verkeer
Economie
Vastgoed
Recreatie en toerisme



Wethouder Erik Dannenberg :
WMO (zorgdeel)
Wonen
Gezondheidsbeleid
Milieu, water en landschapsontwikkeling

Wethouder Gerrit Piek :
Ruimtelijke Ordening
Financiën
Sport
Monumentenzorg en archeologie



Publiek private samenwerking (2011)

ZWOLLE
GEZONDE
STAD

Publieke partners (subsidierelatie met gemeente)

- gemeente Zwolle
- GGD IJsselland
- Icare thuiszorg
- Travers Welzijn
- SportService Zwolle

- OPOZ/ Lectoraat De Gezonde Stad

Andere partners

- SportiefZwolle
- BrugMedia (Swollenaer)
- Deltion College
- Landstede
- AOC de Groene Welle
- GO Centre/ Rienks Arbodienst
- (basisscholen DP/HB en voortgezet onderwijs Zwolle)

Private partners

- deltaWonen
- Rabobank IJsseldelta
- Zilveren Kruis Achmea
- FC Zwolle United
- AH Noord-Oost Nederland
- Novon
- Abbott
- hogeschool Windesheim
- Wavin



2012

Actie!

Programmagroep Zwolle Gezonde Stad

Programmamanager: Ingrid Bakker

Taak: programma vaststellen, mogelijk maken, randvoorwaarden scheppen

Frequentie: 4 keer per jaar

Borging uitvoeringsorganisaties

- GGD IJsselland
- Travers Welzijn
- SportService Zwolle
- Icare/ CJG
- gemeente Zwolle

Deskundigheidsbevordering/ kenniscirculatie/ onderzoek & onderwijs

- huidige professionals: GGD IJsselland
- toekomstige professionals: Windesheim

Ondersteuning

- communicatie/ PR: Annemarie van der Lee
- financiën: Marijke Sterkenburg
- secretariaat: Elly Visser

Gezondheidsmakelaar

GGD IJsselland (na 2013 de Programmamanager)

Denktank

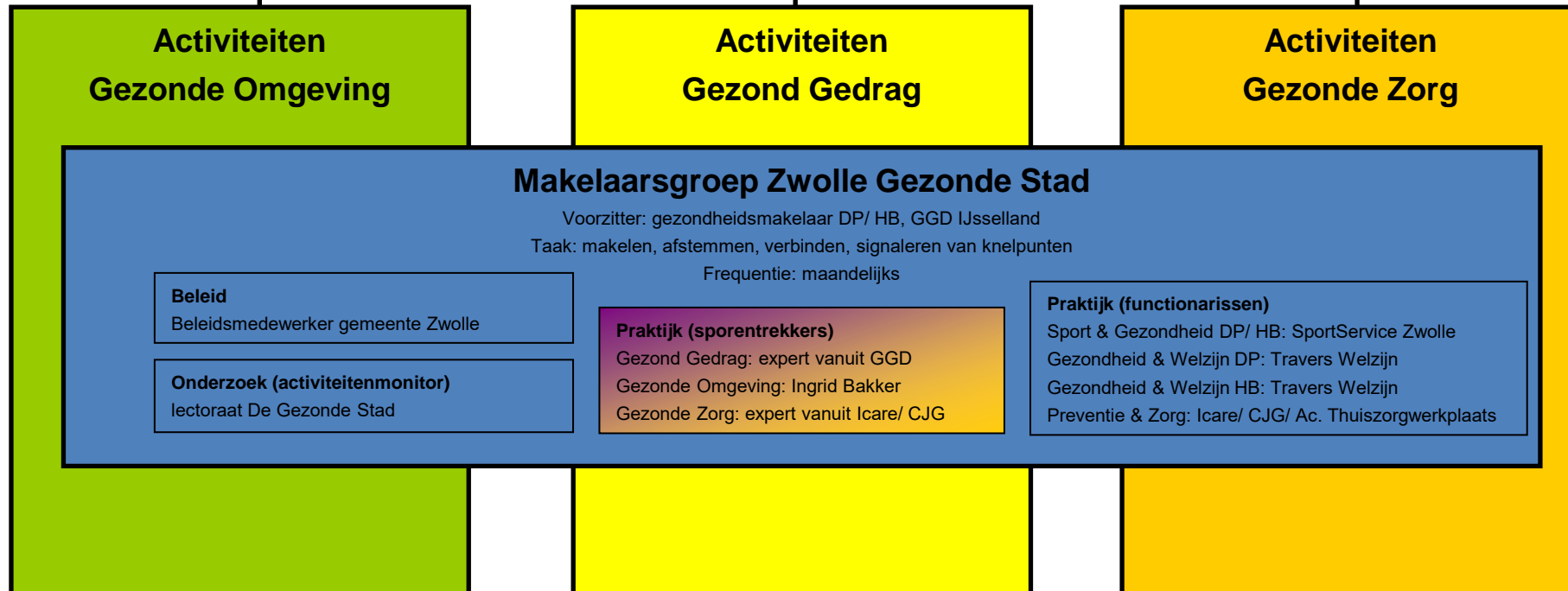
Voorzitter: Lector De Gezonde Stad

Ondersteuning vanuit gemeente Zwolle

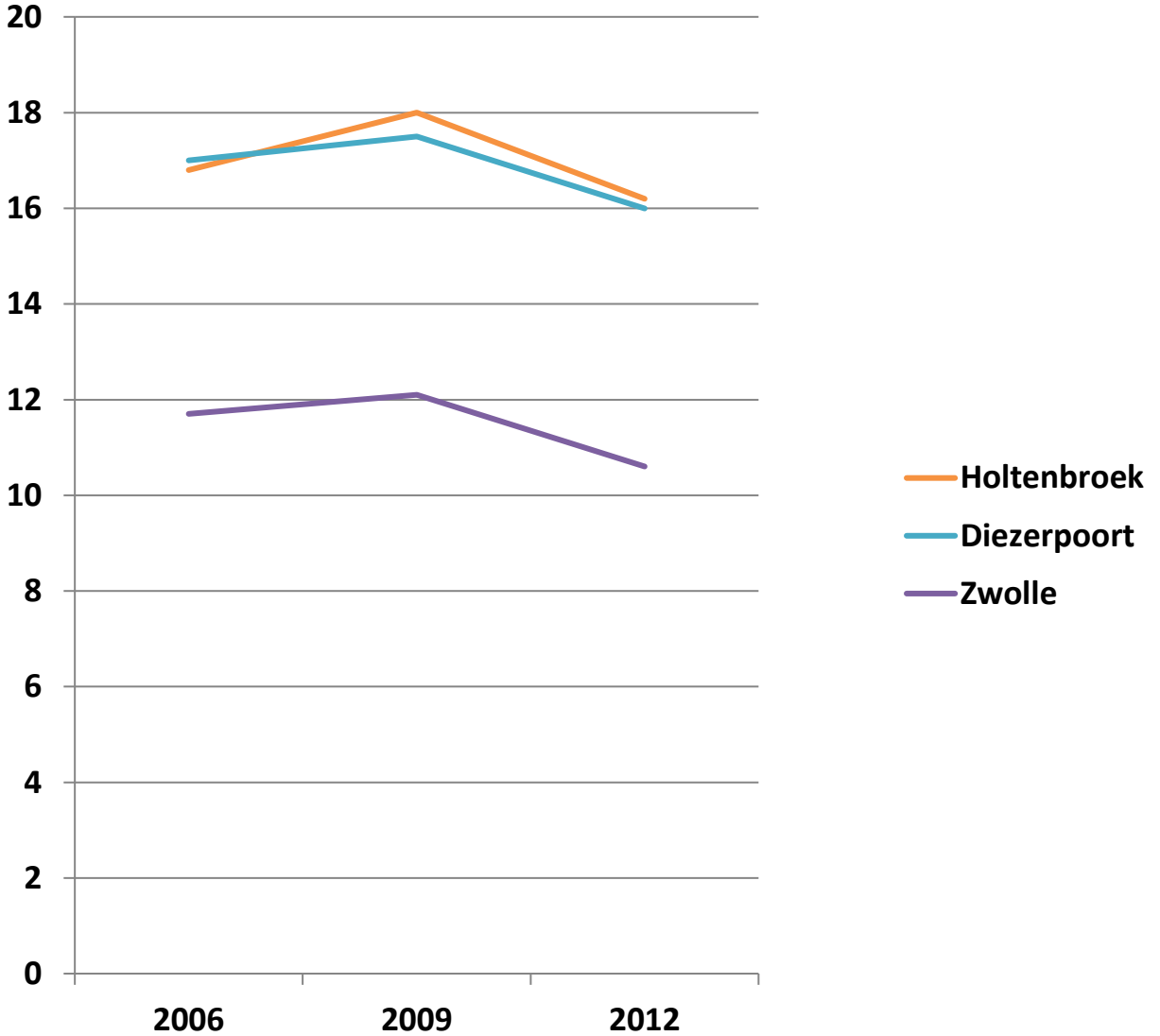
Leden: alle publieke en private partners

Taak: brainstorm en netwerkvorming t.b.v. projecten

Frequentie: maandelijks



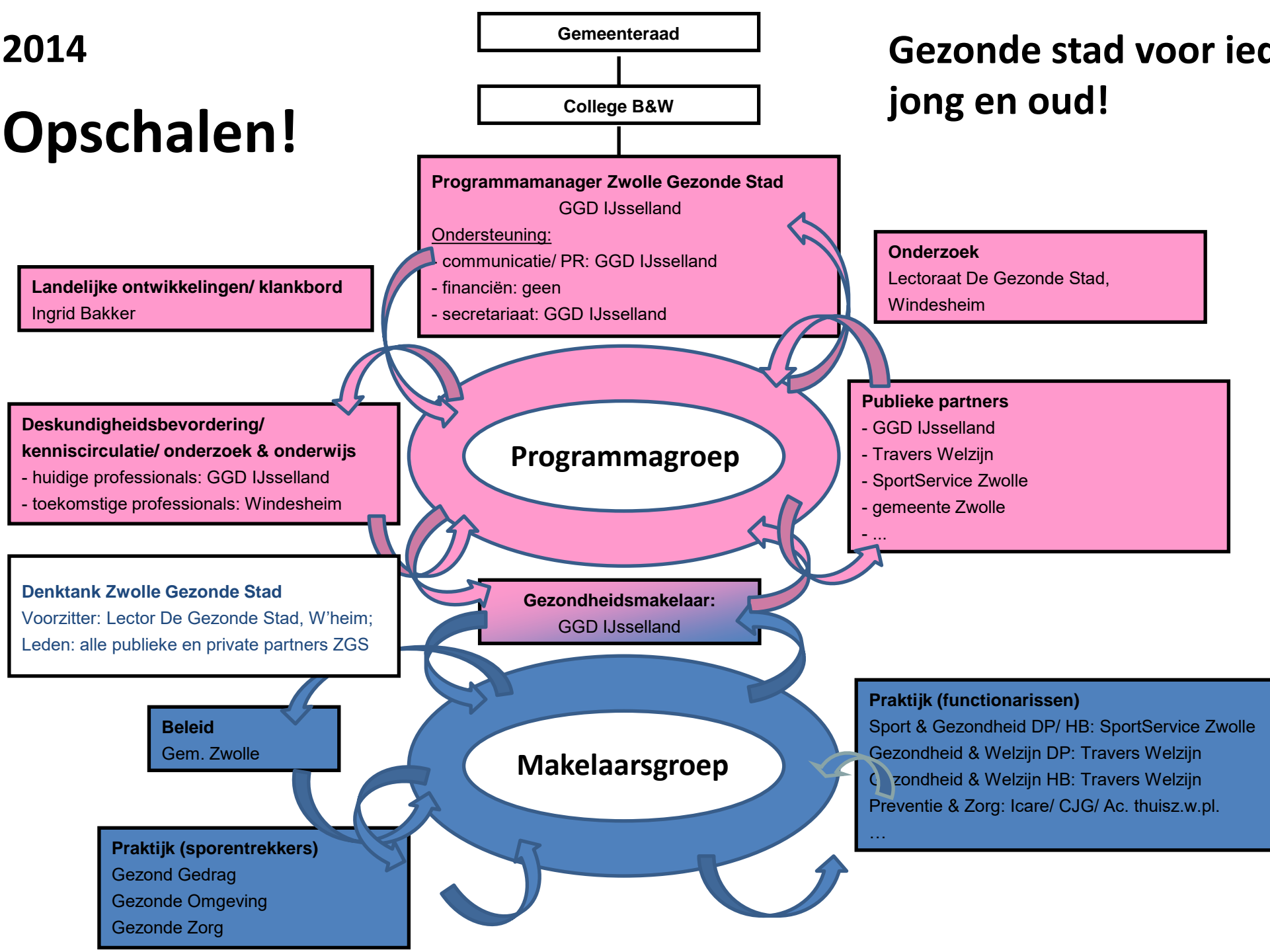
Percentage kinderen met overgewicht (incl. obesitas) -> daling sinds Zwolle Gezonde Stad



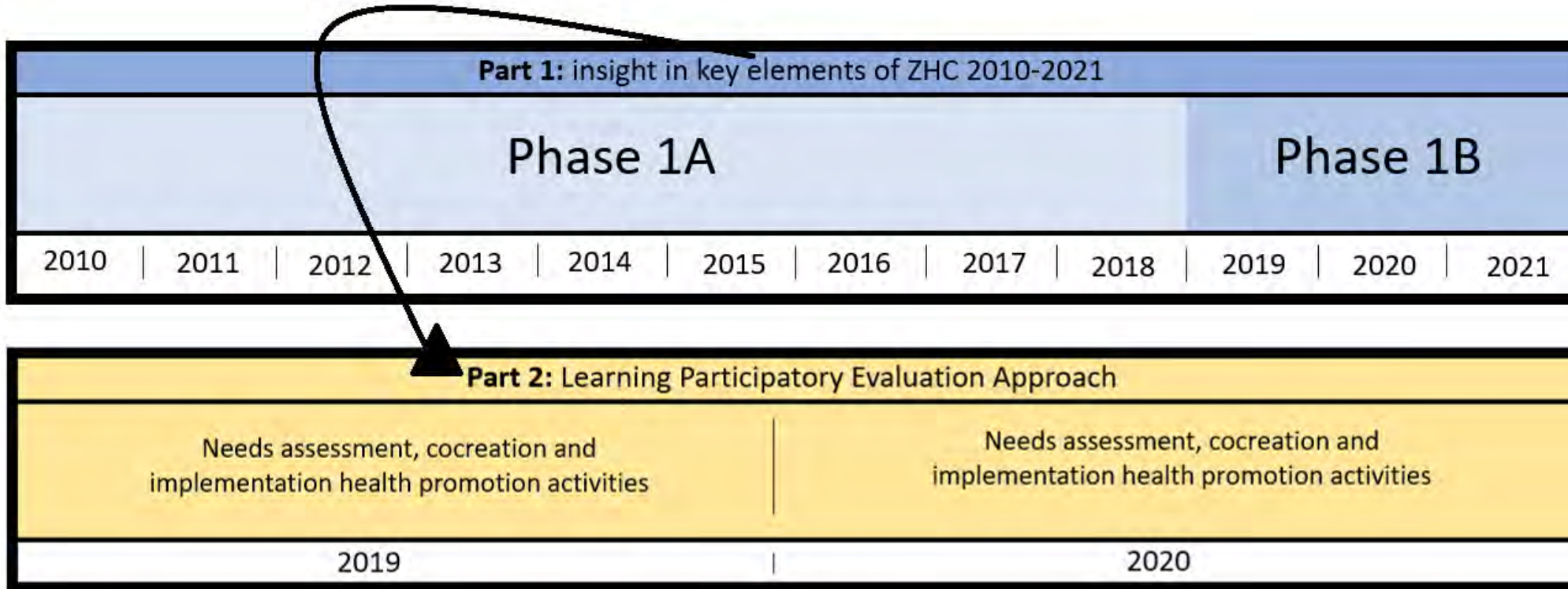
2014

Opschalen!

Gezonde stad voor iedereen: jong en oud!



Onderzoek 'Twaalfjaar Zwolle Gezonde Stad'



Deel 1 (blauw): Onderzoek naar key elements

Deel 2 (geel): Participatief actieonderzoek – project MAPZ

Kernelementen Zwolle Gezonde Stad

Kwalitatief onderzoek, interviews met 29 professionals in 2019.

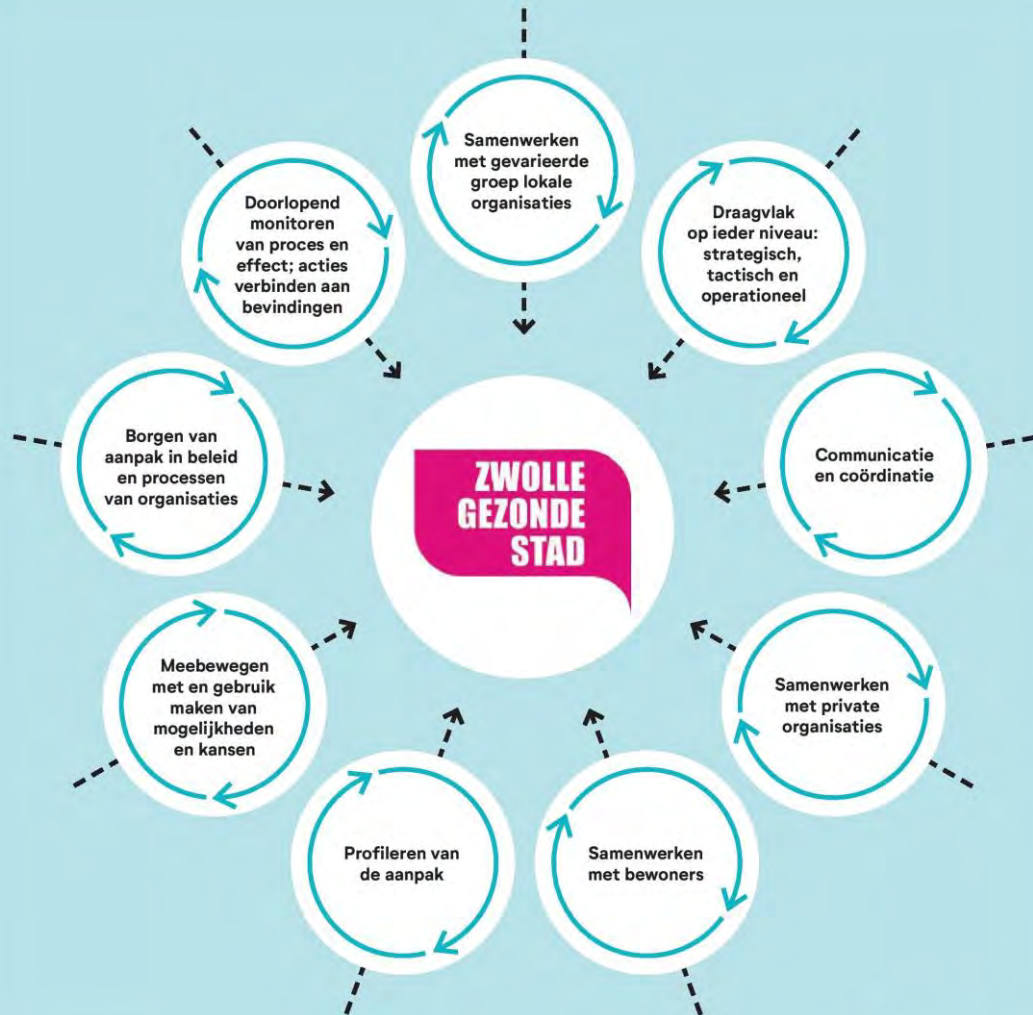
Kernelementen identificeren van Zwolle Gezonde Stad 2010-2018.

Resultaten

- Adviesrapport voor Zwolle Gezonde Stad
- Artikel kernelementen gepubliceerd in PLOS ONE [\[klik hier\]](#)
- Artikel kernelementen gepubliceerd in TSG [\[klik hier\]](#)
- Infographic kernelementen [\[klik hier\]](#)
- Klikbare pdf met Context, Mechanisme en Outcome voor elk van de kernelementen [\[klik hier\]](#)

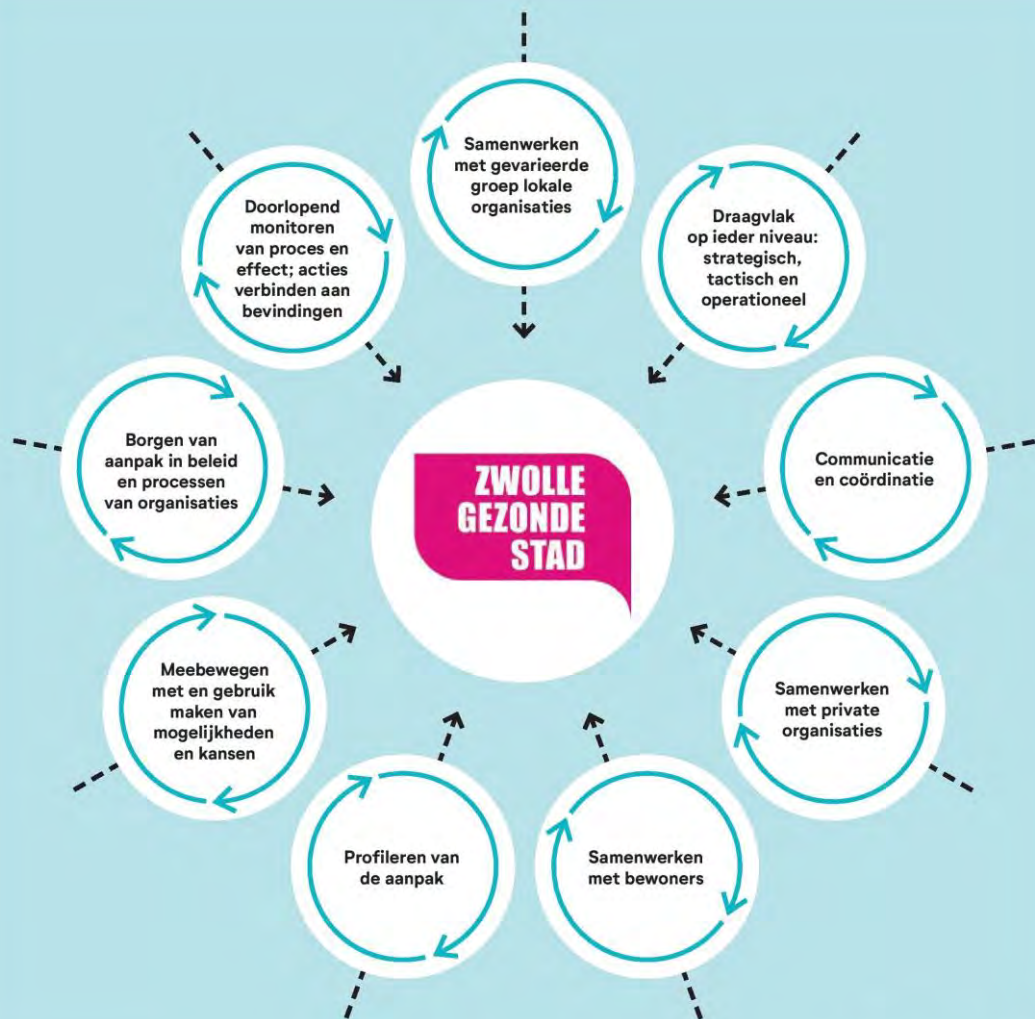
Kernelementen Zwolle Gezonde Stad

'Knoppen' waaraan je kunt draaien bij een lokale integrale aanpak van gezondheidsverschillen



Kernelementen Zwolle Gezonde Stad

'Knoppen' waaraan je kunt draaien bij een lokale integrale aanpak van gezondheidsverschillen



Wilderink et al. (2020)

Mechanismes en contextuele factoren behorende bij de kernelementen van Zwolle Gezonde Stad

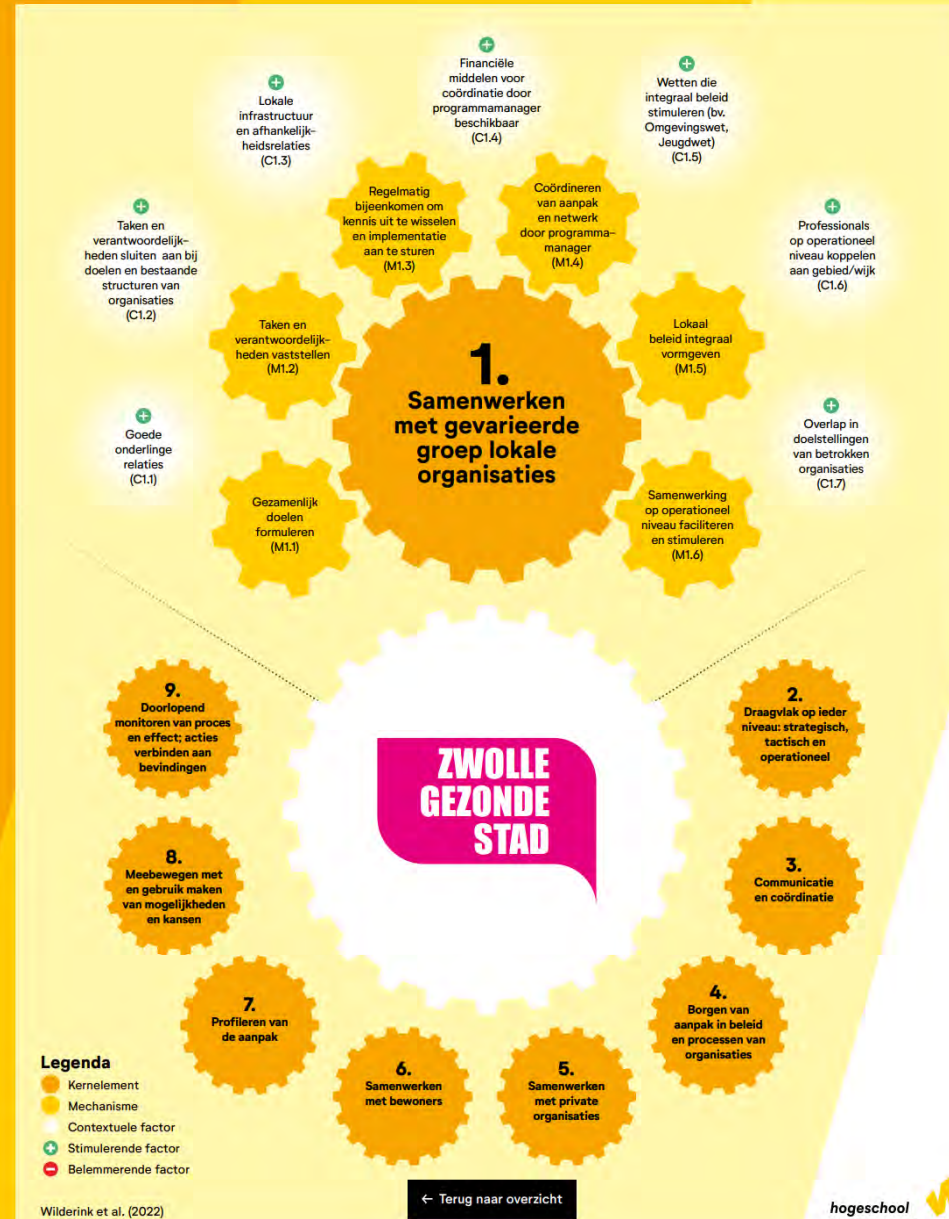
'Knoppen' waaraan je kunt draaien bij een lokale integrale aanpak van gezondheidsverschillen



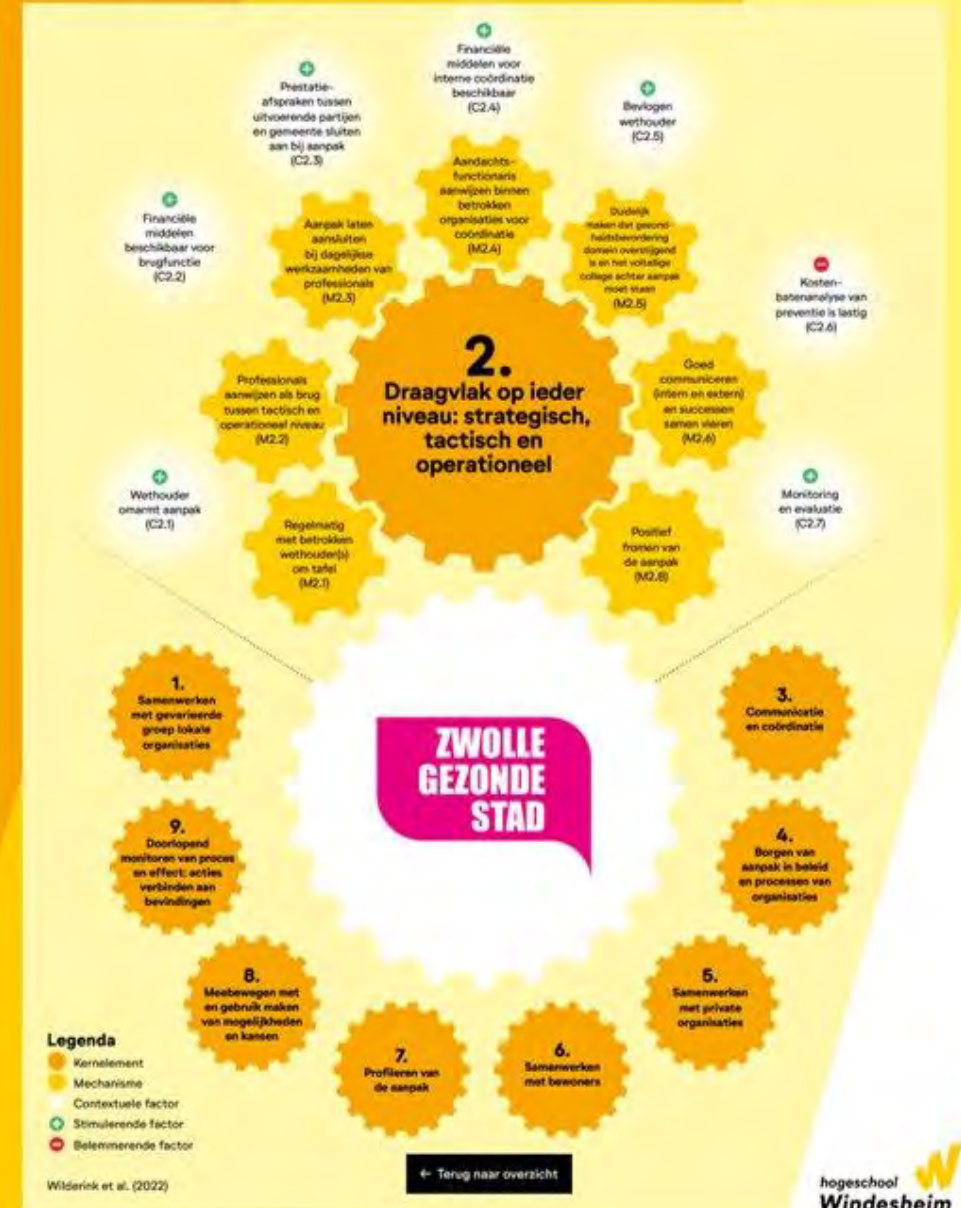
Legenda
● Kernelement
● Mechanisme
○ Contextuele factor

Wilderink et al. (2022)

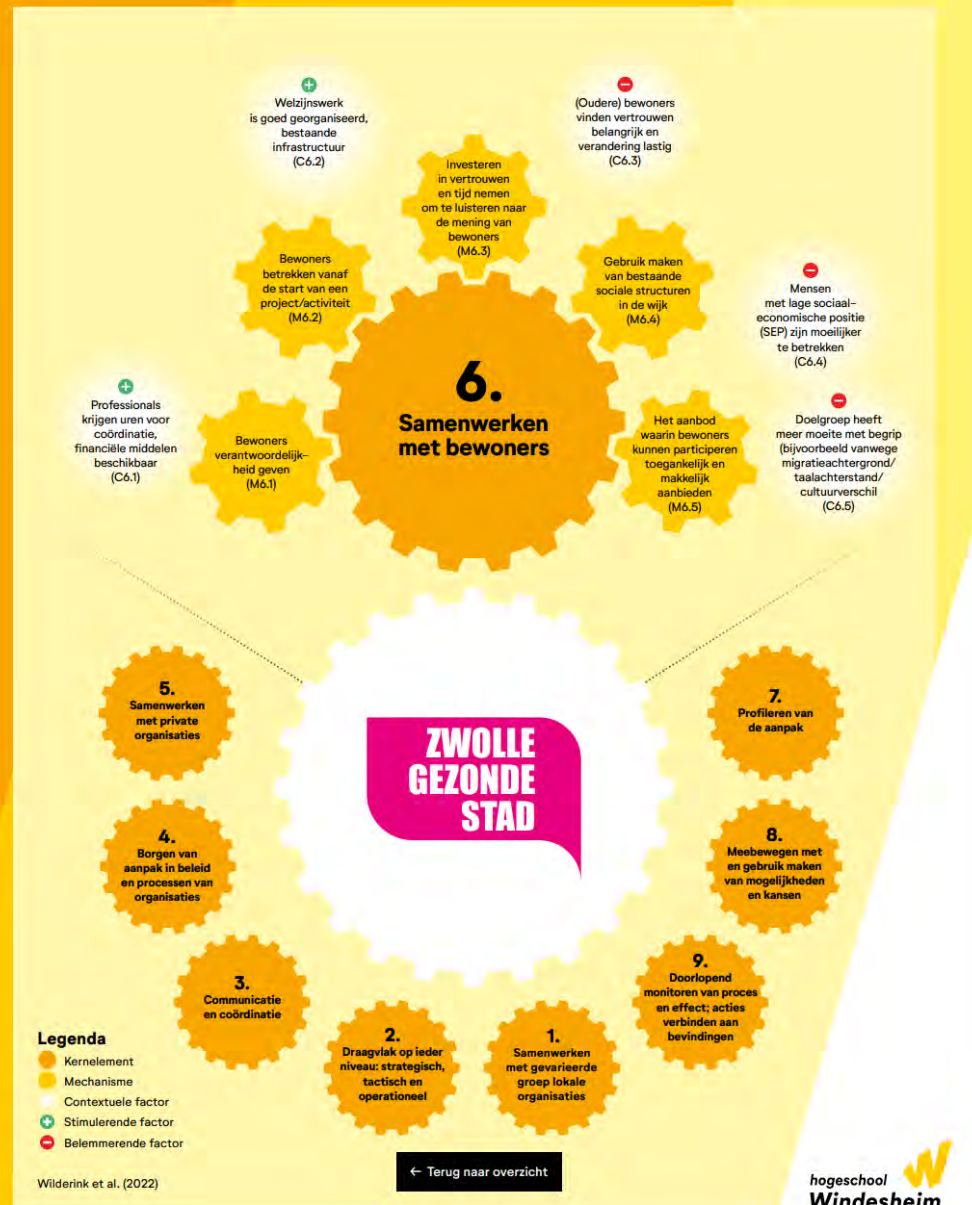
1. Samenwerken met gevarieerde groep lokale organisaties



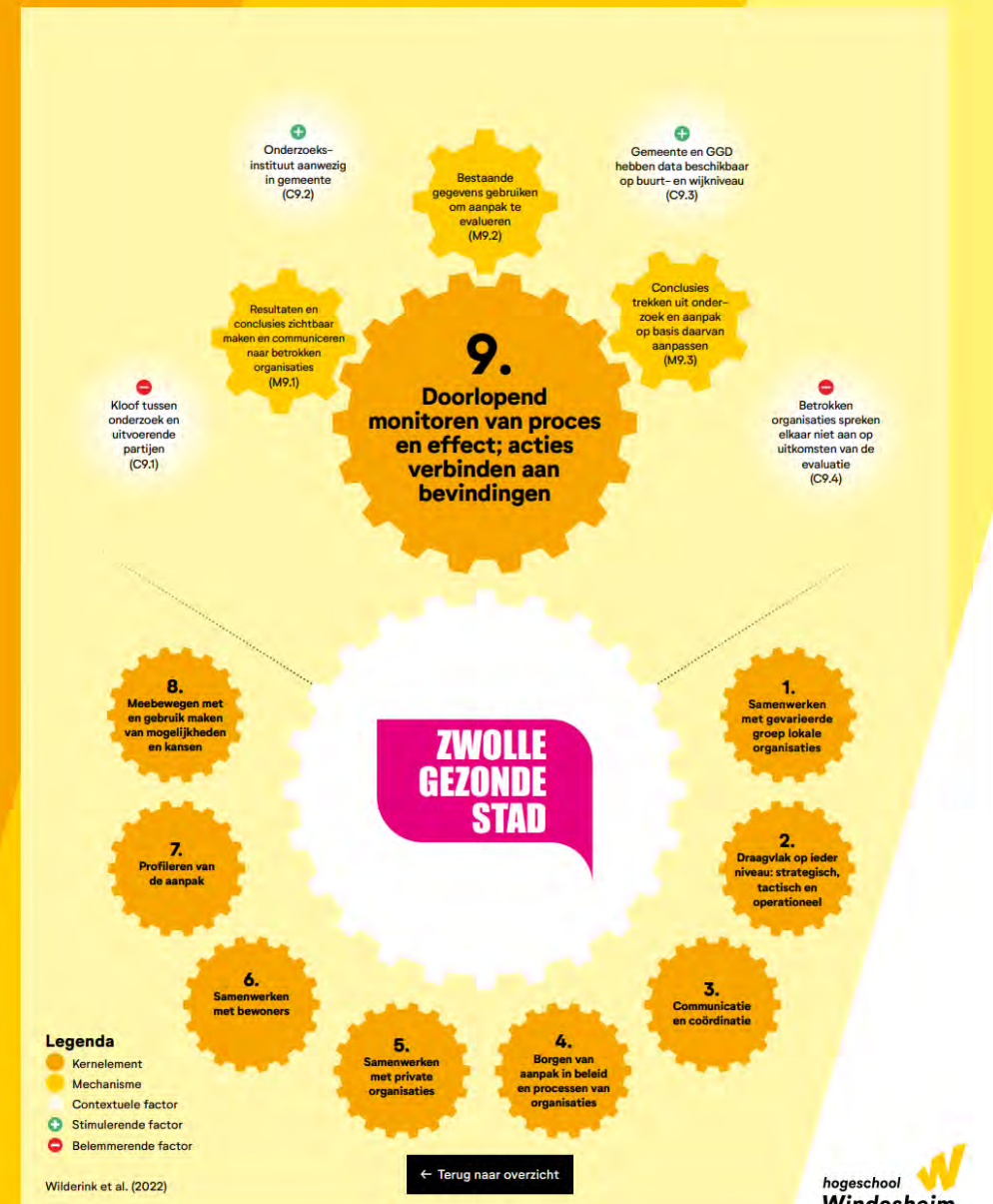
2. Draagvlak op ieder niveau: strategisch, tactisch en operationeel



6. Samenwerken met bewoners



9. Doorlopend monitoren van proces en effect; acties verbinden aan bevindingen



MAPZ

HOME

INFORMATIE

VOOR PROFESSIONALS

VOOR BEWONERS

OVER ONS

PROJECT MAPZ

Meedenkend, Actief en Participerend Zwolle

SAMEN VOOR EEN GEZONDE WIJK!

Project **MAPZ** met kinderen

Participatief actieonderzoek met 28 kinderen in 3 buurten (in 2019).

- samen met kinderen en jongerenwerkers van Travers Welzijn onderzoek naar een gezonde sociale en fysieke leefomgeving (gezond eten/bewegen).

Doel: leren van het proces

Photovoice methode

Gebruikt om belemmerende en bevorderende factoren voor gezond gedrag te identificeren door:

- maken van foto's,
- focusgroep gesprekken over de foto's,
- gezamenlijk verandering(en) teweegbrengen in de wijk.

Uitvoering in Zwolle Gezonde Stad

- drie bestaande groepen
- tijdens bestaande naschoolse activiteiten van Travers Welzijn
- Wekelijks, gedurende 3 tot 10 maanden



Opbrengsten

- We weten nu hoe kinderen aankijken tegen hun wijk en denken over (on)mogelijkheden om gezond te leven.
- Kinderen hebben leren nadenken over wat voor gezondheidsproblemen er zijn in de wijk en hoe dat komt.
- Kinderen hebben ervaren dat zij zelf een bijdrage kunnen leveren aan verandering in de wijk, w.o. een gezondere wijk.
- Onderzoekers en jongerenwerkers hebben geleerd over Photovoice en het betrekken van kinderen in onderzoek en beleid.

Geleerde lessen (1/2)

Samenwerking en participatie

- Samenwerking met welzijnsorganisatie positief voor werving, passend protocol, toegang tot andere stakeholders.
- Samenwerking met onderzoekers is weer positief voor welzijnsorganisatie: werken met wetenschappelijk onderbouwde methoden, inzicht in voorkeuren kinderen.
- Participatie: investeer in vertrouwen en heb aandacht voor vertrouwelijkheid, jongste kinderen (8/9) bleken te jong voor deze concrete opdracht, serieuze gesprekken afwisselen met actie en spelletjes, participatie zorgt voor eigenaarschap van probleem.

Photovoice als methode

- Leuk voor kinderen en professionals
- Geen *interpretation bias*
- Concrete heldere opdracht is belangrijk

Implementatie van acties

- Richt je op acties binnen de invloedssfeer van kinderen
- Neiging om te wijzen naar anderen en organisaties; laat ze nadenken over eigen inzet
- Richt je op concrete en haalbare resultaten die opvolging krijgen → anders 'participatie-moe'



Geleerde lessen (2/2)

De rol van context

Drie buurten, drie verschillende projecten. O.a. door:

- Taalachterstand → vragenlijsten onder klasgenoten
- Setting: school vs. vrije tijd setting (kan van invloed zijn op chaos vs. structuur)

Empowerment

- Verandering/ verbetering als doel, maar empowerment als bijkomend resultaat.
- Kinderen leren o.a. probleem identificeren, samenwerken, onderzoeksvaardigheden, conclusies trekken, kennis omzetten in acties
- Bewustwording eigen bijdrage

Jongerenwerker:

“Je hebt ze toch wel bewust aan het denken gezet van, jullie kunnen zelf ook de buurt veranderen. Jullie zijn ook zelf verantwoordelijk voor je buurt.”

Enkele tips

- Werk samen met organisaties en professionals in de wijk en sluit aan bij bestaande activiteiten.
- Investeer in vertrouwen. Leer eerst de doelgroep kennen, en zij jou ook.
- Voorkom 'participatie-moeheid' en zorg voor concrete en haalbare resultaten op de korte en middellange termijn.
- Wissel inhoudelijke gesprekken af met spel en actie. Meedoen moet vooral leuk zijn.
- Geen buurt is hetzelfde, dus stem je project af op de lokale wensen en voorkeuren. Er is geen *'one size fits all'* aanpak.

Resultaten

- Acties in de wijk
- Handleiding photovoice [\[klik hier\]](#)
- Kennisclip over PAR en project MAPZ [\[klik hier\]](#)
- Praktijkvoorbeeld website GezondIn / Pharos [\[klik hier\]](#)
- Wetenschappelijk artikel [\[klik hier\]](#)
- Artikel over gezondheidsverschillen in e-magazine van Platform Stad en Wijk [\[klik hier\]](#)

Project met ouders

“Wat zorgt er voor dat u gezond en goed ouder kunt worden in Stadshagen?”

- Werkgroep met 6 thuiswonende ouders die zelf onderzoek doen naar dit vraagstuk.
- Gezamenlijk verandering(en) teweegbrengen in de wijk.
- In samenwerking met WijZ welzijn.

Vier fases:

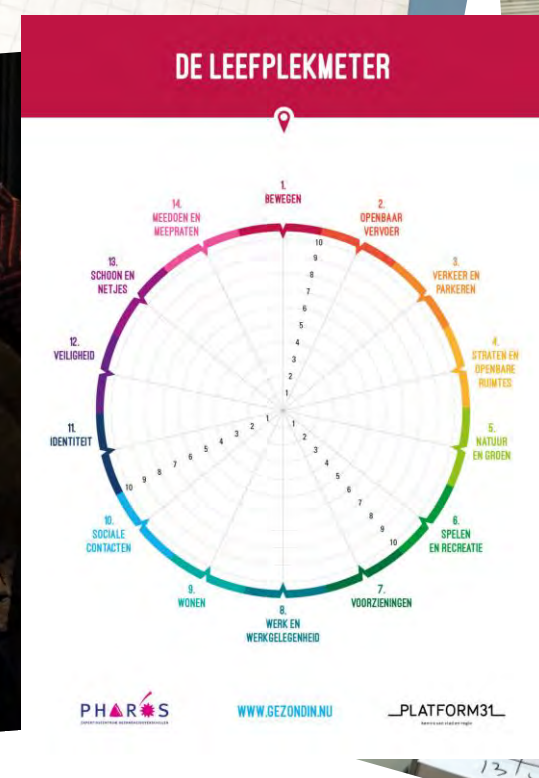
1. Focus en thema's bepalen binnen werkgroep (Leefplekmeter, plattegrond van wijk)
2. Onderzoeken of dat voor meer buurtbewoners geldt (vragenlijstonderzoek)
3. Actie
4. Procesevaluatie (continu)

hogeschool 
Windesheim

VU 

Omvangsvormen
 = voornamen / jō/jr
 - foto's (V)
 - vooraf afmelden
 - telefoon op stil

[Verwachtingen]
 → dingen ^{→ korte termijn} realiseren
 → wat is er of? is dat bij mensen bekend?
 → hoe bereiken we mensen?
 → achterhalen hoe mensen ^{gingerwaard} willen worden
 → Bij iedere bijeenkomst volgende agenda bepalen
 → Maillijst samenstellen



Leefplekmeter

1	88888
2	77788
3	477757
4	89897
5	79999
6	89787
7	88798
8	88888
9	86877
10	77788
11	88898
12	87777
13	88888
14	87777

bewege
 ov =
 verkeer
 straten + c
 natuur = 9
 spelen en recreatie = 8
 voorzieningen = 8
 Werk
 Wonen = 8
 sociale = 7
 contacten
 Identite



Project **MAPZ** met ouderen

Fase 1: focus bepalen

Thema's:

- Sociale contacten
- Veiligheid (breed)
- Fysieke leefomgeving (bv bankjes)
- Informatievoorziening

Fase 2: ouderen interviewen ouderen

Gestaakt i.v.m. Corona virus; later hervat, maar aangepast (langer traject)

- Minder groepsbijeenkomsten
- Meer contact per telefoon/e-mail
- 1-op-1 wandelingetjes
- Vragenlijsten in plaats van interviews; verspreidt via netwerk van de werkgroep-leden, buurtkamer, fysiotherapeuten/huisartsen, Op Orde van WijZ, wijkkrant Vinexpress [\[klik hier\]](#).
- Samen analyseren, acties uitvoeren en evalueren



hogeschool 
Windesheim

VU 

Resultaten met tips

- Kennisclip PAR met senioren / peer-to-peer vragenlijstonderzoek [\[klik hier\]](#)
- Factsheet project MAPZ in Stadshagen [\[klik hier\]](#)
- Participatief actieonderzoek met senioren in tijden van Corona [\[klik hier\]](#)

Overige tips

- Artikel over participatiemoe(d) in e-magazine van Platform Stad en Wijk [\[klik hier\]](#)
- Theoretisch artikel over verkleinen sociaaleconomische gezondheidsverschillen [\[klik hier\]](#)

Berichten uit de Teams chat (1)



Praktijkvoorbeelden

- Provincie Overijssel is nu actief betrokken bij de Beweging Positief Gezond IJsselland, waarbij ook Zwolle Gezonde Stad een rol in speelt. Een groot samenwerkend netwerk van 11 gemeenten in IJsselland. Ook van belang voor GALA/IZA en WOZO.
- In Den Haag is de Photovoice methode vorig jaar gepilot. Dit was een positieve ervaring. Heel vergelijkbaar met de casus Zwolle. En leerzaam voor gemeente en buurt.
- Een andere deelnemer gebruikte Photovoice bij onderzoek naar gezonde voedselkeuzes: jongeren maken foto van hun bord met warme maaltijd en hadden er een gesprek over. “Werkt ook erg goed om in gesprek te komen met hen.”

Berichten uit de Teams chat (2)



Tips

- Richtlijnen voor kinderen, jongeren en onderzoekers die echt willen samenwerken in onderzoek
- 3 juli : symposium met lectorale rede 'Samenwerken aan de nieuwe stad' met aandacht voor de bouwopgave en de gezonde leefomgeving: Lectorale rede en symposium | Windesheim

Gezonde Stad Index 2022

Eke Schins-Derksen
31 maart 2023

A photograph of a young child with blonde hair, wearing a green jacket and dark pants, playing in a fountain. The child is captured in a dynamic pose, with water splashing around them. The background shows a stone fountain structure and a clear blue sky.

Gezonde Stad
Index 2022

An aerial photograph of a Dutch city, likely Amsterdam, showing a dense cluster of colorful buildings with gabled roofs and a mix of green trees. The scene is captured from a high angle, looking down on the city's architecture and urban layout.

Doel

- Inzicht geven in hoe de fysieke inrichting van Nederlandse steden bijdraagt aan gezondheid
- Bewustwording stand van zaken en mogelijke verbeteringen

Onderzoek

- Ranking 20 steden: Grootste stad per provincie en daarna de 8 grootste steden
- Dit keer check met 5 extra steden
- Deze los van de eerste 20 voor vergelijkbaarheid vorig onderzoek



Onderzoek



Vijf brede domeinen voor de fysieke inrichting van de Gezonde Stad.

Onderzoek

Gebouwde omgeving:

- Ruim opgezet
- Hygiënisch/schoon
- Voorzieningen voor iedereen bereikbaar
- Zorgvoorzieningen toegankelijk voor alle inwoners

Mobiliteit:

- Gemakkelijk per fiets verplaatsen
- Gemakkelijk per voet verplaatsen
- Goed OV
- Veilige fietsroutes

Buitenruimte

- Groen om in te spelen (beschikbaar groen)
- Kinderen kunnen buitenspelen
- Bewust creëren luwe, rustige plekken (geluid, groen, wind)
- Groen om naar te kijken



Vijf brede domeinen voor de fysieke inrichting van de Gezonde Stad.

Gemeenschap:

- waar mensen zich veilig voelen
- mogelijkheid tot herstel van stress
- verleiden tot bewegen/voldoende sportvoorzieningen
- ontmoetingsplekken in de openbare ruimte

Milieu

- Goede luchtkwaliteit (fijnstof)
- Goede luchtkwaliteit (stikstof)
- Weinig geluidsoverlast
- Gericht op minimaliseren hittestress

Ranking

Groningen scoort overall goed, blijft investeren in de gezonde stad: nu wijkgericht

Emmen en Apeldoorn stijgen

Uit de index blijkt dat investeren in de gezonde stad op de kaart staat, investeren loont in balans

Overall doen alle steden het beter dan twee jaar geleden, maar grote steden minder goed

In de grote stad wordt wel veel beleid gemaakt, maar er is nog niet veel concreet uitgevoerd en zichtbaar: wel veel plannen

Er wordt vooral ingezet op 'slow traffic' en groen, minder op lange termijn onderwerpen als luchtkwaliteit en hittestress

Gezonde Stad Index

Rang	Stadsnaam	Vershil t.o.v. 2020
1.	Groningen	●
2.	Emmen	↑
3.	Apeldoorn	↑
4.	Nijmegen	↓
5.	Maastricht	↓
6.	Almere	↓
7.	Amersfoort	↓
8.	Haarlem	↑
9.	Enschede	↑
10.	Breda	↓
11.	Arnhem	↑
12.	Eindhoven	↑
13.	Leeuwarden	↓
14.	Utrecht	↓
15.	Terneuzen	↓
16.	Den Haag	↓
17.	Tilburg	↑
18.	Amsterdam	↓
19.	Zaanstad	↑
20.	Rotterdam	↓
(6).	Den Bosch	
(6).	Haarlemmermeer	
(12).	Leiden	
(16).	Zoetermeer	
(16).	Zwolle	

Belangrijke aandachtspunten

- Verdichting stad belangrijk onderwerp komende periode, potentieel conflict met gezondheid: aandacht voor ruimte en hoogwaardig groen blijft noodzakelijk
- Ruimte vraagt lef en durf: kies voor bijvoorbeeld minder parkeerplekken maar zorg voor voorzieningen (afwegingen zijn verschillend: zie Amsterdam versus Almere)
- Sectorale schotten bij gemeenten helpen niet, denk vanuit waarden en kies voor een thema als gezonde stad op lange termijn: zoek de netwerken, maak integrale keuzes, betrek inwoners en gebruikers van een stad (voorbeeld Amersfoort)
- Heb ook aandacht voor onderwerpen die lange termijn investeringen en keuzes vragen: luchtkwaliteit en infra (voorbeeld Eindhoven binnenstad) Groningen laat zien dat lange termijn helpt bij healthy environment
- Denk niet alleen vanuit kosten, maar vanuit baten
- En steden moeten wel, op termijn woont 60-80% van de mensen in een stad

Eke Schins-Derksen
eke.schinsderksen@arcadis.com
+31 6 270 61 407

A photograph of a young child with blonde hair, wearing a green jacket and dark pants, walking through a fountain. The child is looking down and smiling. The background shows a large, ornate fountain structure and a clear blue sky.

Gezonde Stad Index 2022

Berichten uit de Teams chat (1)



Tips

- Arcadis: [Gezonde Stad Index 2022](#)
- RIVM/GGD'en/CBS: [Gezondheid per buurt, wijk en gemeente \(SMAP data op wijkniveau\)](#)
- RIVM/GGD'en/CBS: [De gezondheidsmonitors](#)
- Andere databronnen: [KIS Wijkmonitor](#) en [www.waarstaatjegemeente.nl](#)
- Bundeling van netwerken: [www.wijkwijzer.nl](#)

Berichten uit de Teams chat (2)



Tips

- Tips voor de Gezonde Stad Index en vertaling naar wijken / meten van resultaat:
 - Stel ook een index op voor middelgrote steden of dorpen
 - Voeg gezondheidseffecten toe; data over de gezonde levensjaren
 - Ruimtelijke kansen voor de regio; alternatieven voor verdichten van stad

Praktijkvoorbeeld

- Gemeente Dordrecht heeft een adviesgroep Gezonde Leefomgeving met collega's uit het sociale en fysieke domein en de GGD. "Werkt heel goed om allerlei onderwerpen rond gezonde stad integraal te bespreken en op te pakken."

Reflectie vanuit het werkveld

- Marieke Zwaving, strateeg gezonde stad en regio, gemeente Groningen

Op onze agenda:

6 april: webinar GALA-SPUK en sociaaleconomische gezondheidsverschillen door GezondIn Pharos

20 april: webinar Een Gezond en Actief Leven
Akkoord voor en met inwoners door GezondIn Pharos

3 november: fysieke inspiratiebijeenkomst GezondIn

**Webinar Leefomgeving,
gezondheidsverschillen en stress**

Bedankt voor jullie aanwezigheid!

6 april: webinar GALA-SPUK en sociaaleconomische
gezondheidsverschillen (Pharos)

20 april: webinar Een Gezond en Actief Leven Akkoord
voor en met inwoners (Pharos)

3 november: fysieke inspiratiebijeenkomst GezondIn

Deze webinar werd verzorgd door:
Annette Duivenvoorden, Hadewych Cliteur,
Jontsje Fennema, Maarten Hoorn.



SCAN ME