



Luwte-oases en gezondheidsbevordering en leefomgevingskwaliteit

19/10/2018

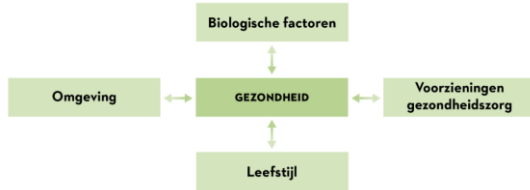


Gezonde publieke ruimte

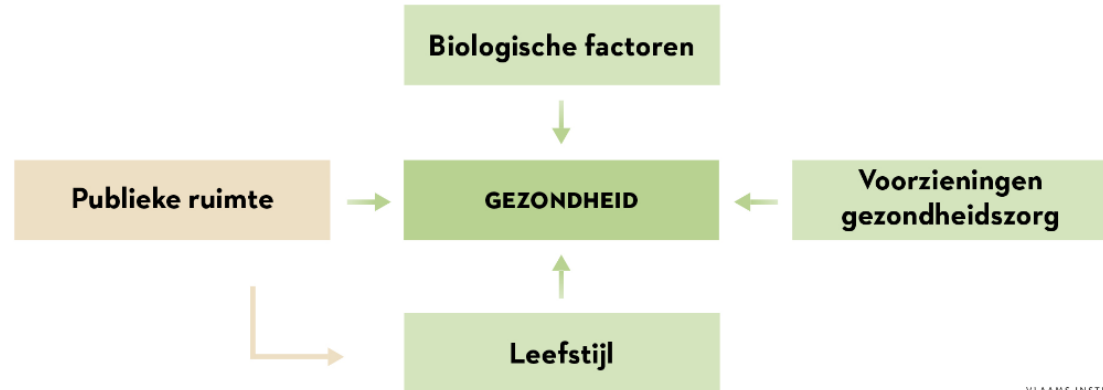


Publieke ruimte als determinant voor gezondheid en gezond gedrag

MODEL VAN LALONDE (1974)



MODEL VAN LALONDE (1974)



© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2018

VLAAMS INSTITUUT
GEZOND
LEVEN

ND
LEVEN

Publieke ruimte als determinant voor gezondheid en gezond gedrag

De directe invloed van de publieke ruimte op gezondheid



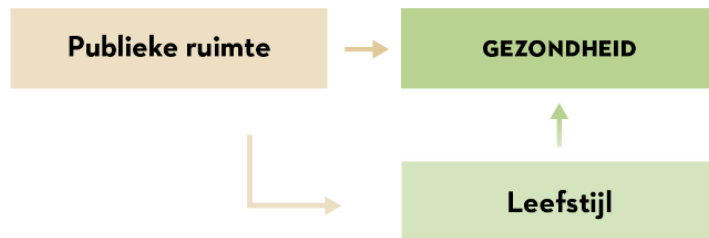
Publieke ruimte



GEZONDHEID

Publieke ruimte als determinant voor gezondheid en gezond gedrag

De indirecte invloed van publieke ruimte op gezondheid



Meervoudige gezondheidswinst

De publieke ruimte kan gezondheid beschermen en gezondheid bevorderen

▶ Gezondheid beschermen via...

- Gezonde lucht
- Geen geluidshinder
- Geen passief roken
- Niet te warm



▶ Gezondheid bevorderen via gezond gedrag zoals...

- Beweging
- Voeding
- Mentaal welbevinden
- Stoppen met roken
- Verkoeling opzoeken





BEWEGING



MENTAAL
WELBEVINDEN



VOEDING



ROKEN



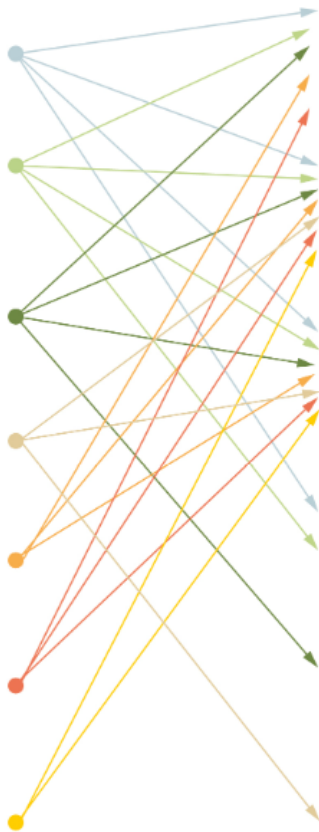
LUCHT



GELUID



HITTE



GEZONDE MOBILITEIT



RUIIMTELIJKE STRATEGIEËN



NATUURRIJKE OMGEVING



ACTIEVE VRIJE TIJD



RUIIMTELIJK VOEDINGSBELEID



ROOKVRIJE OMGEVING



Gezondheidsongelijkheid

Equality



Equity



© 2017 Robert Wood Johnson Foundation.
May be reproduced with attribution.

Gezondheidseffecten van geluid

Gezondheidseffecten van geluid

Noise pollution in Europe

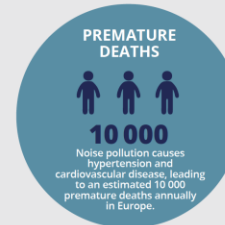
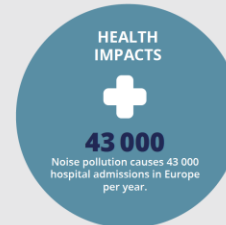
Noise pollution is a growing environmental concern, arising from a number of sources. The adverse effects of noise pollution can be found in the well-being of exposed human populations, in the health and distribution of wildlife, as well as in the abilities of children to learn at school.

To reduce harm from noise pollution, the EU has put in place different measures, including technical standards to limit noise emissions at source. The Environmental Noise Directive complements such standards.

Noise levels from road traffic that are greater than 55 dB L_{den} affect an estimated **125 million people — one in four Europeans.**



 **> 55 dB L_{den}**



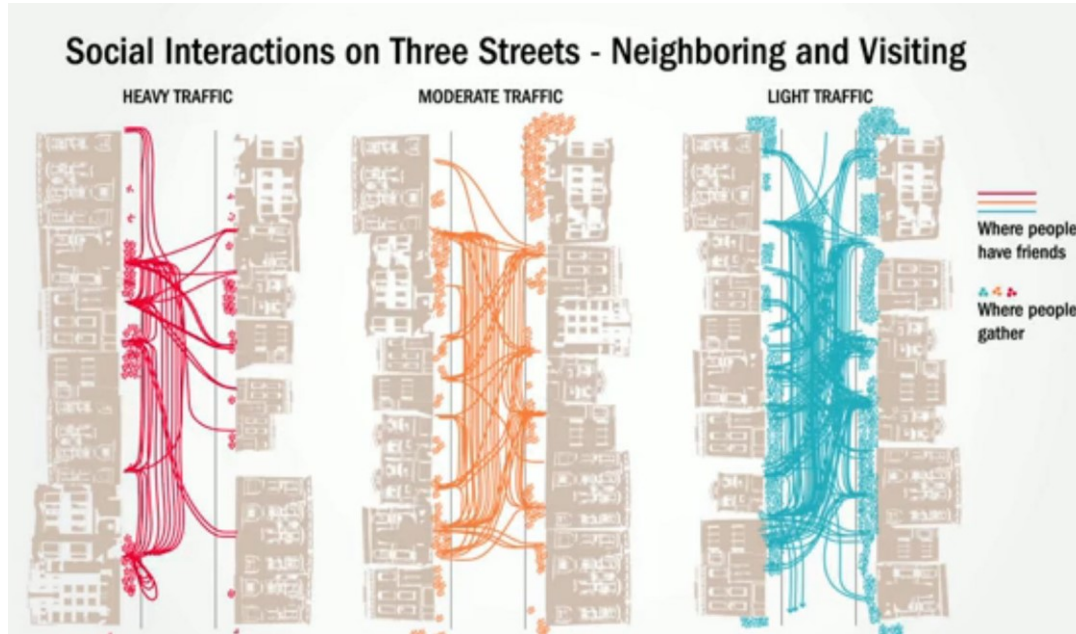
Source: EEA Report No 10/2014 Noise in Europe: www.eea.europa.eu/themes/noise.

Natuurlijke omgeving: voorbeelden van gezondheidsimpact (bronnen aanvullen)

- ▶ Effecten van natuur ~ stilte
 - Onderzoek (van den Berg A, 2013) toont aan dat een wandeling van 10 minuten door het bos, het **mentaal welbevinden aanzienlijk verbetert**
 - Vooral natuurlijke omgevingen **herstellen vermoeidheid**
 - **Mindere piekeren** (zowel zelfgerapporteerd als meting in neurale activiteit)
 - **Minder gedrag- en hyperactiviteitsproblemen** bij kinderen als natuur in nabije omgeving (bron toevoegen)
 - Directe invloed op **stress + herstellen bij stresservaringen (door natuur en door stilte/aangename geluiden)**
 - **Betere emotionele regulatie en meer positieve emoties**
- Indirecte invloed op sociaal welbevinden via ontmoeting
- Indirecte invloed op motorische en emotionele ontwikkeling, fysieke conditie via spelen

Ontworpen omgeving: voorbeeld

Verkeer ~ geluid + barrière



Donald Appleyard

Natuurlijke landschappen en ontworpen omgevingen

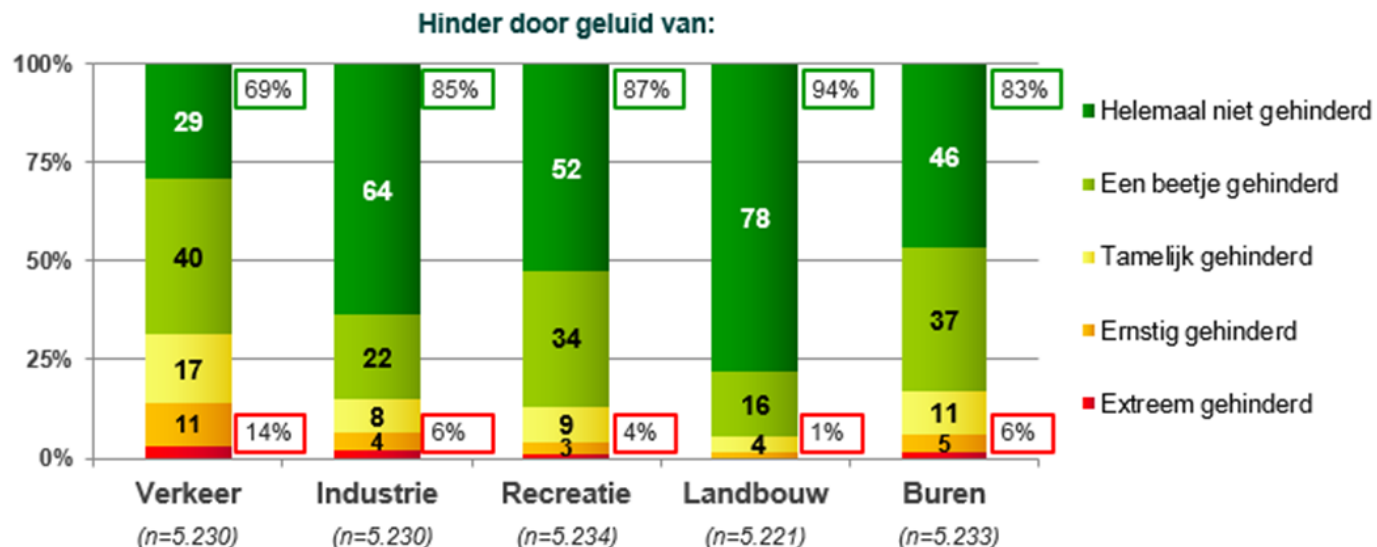
- Natuurlijke landschappen hebben meer invloed op mentaal welbevinden dan ontworpen omgevingen
- Steeds meer evidentie voor effect van natuurlijke landschappen op mentaal welbevinden

Het probleem van geluidshinder in Vlaanderen

Geluidshinder in Vlaanderen

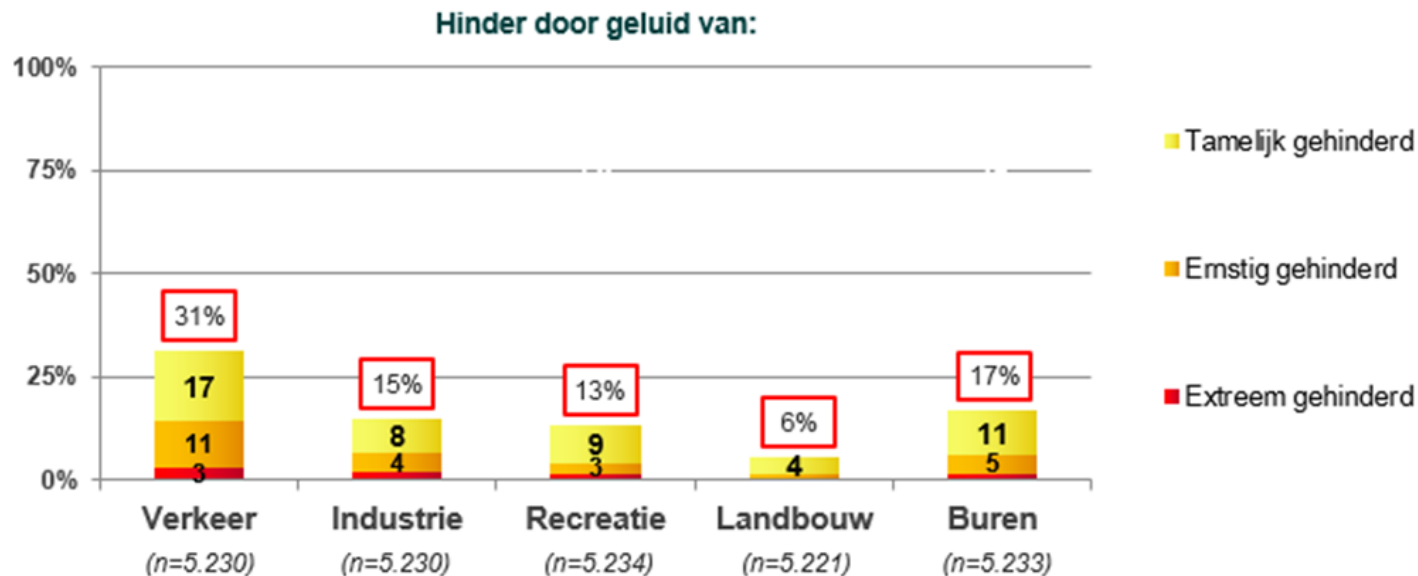
Verschillende bronnen

Figuur 19: Mate van hinder afkomstig van verschillende hinderbronnen m.b.t. geluid – Vlaamse Gewest (N=5.234)



Verschillende bronnen

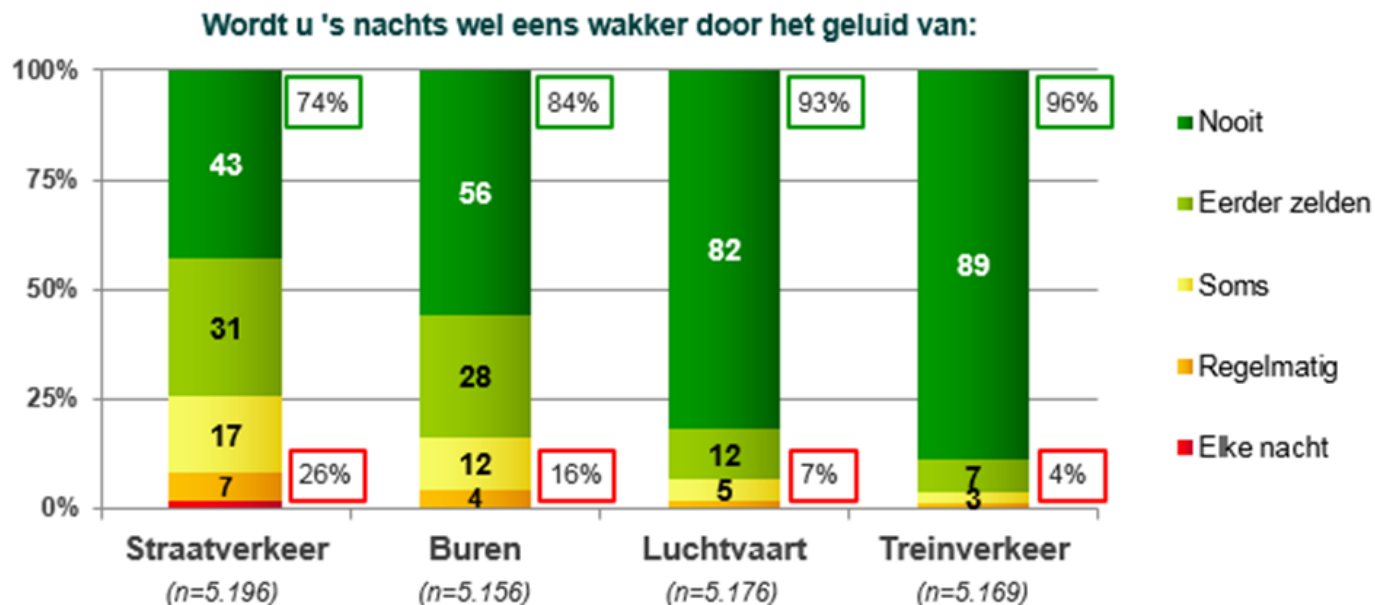
Figuur 20: Percentage tamelijk, ernstig en extreem gehinderd door verschillende hinderbronnen m.b.t. geluid – Vlaamse Gewest (N=5.234)



Geluidshinder in Vlaanderen

Verschillende bronnen

Figuur 28: 's Nachts wakker worden door geluid – Vlaamse Gewest (N=5.234)



Geen antwoord: straatverkeer=0,6%, Buren=1,3%, Luchtvaart=1,1%, treinverkeer=1,4%

Aandachtspunten uitvoering

Voorwaarden waar natuurlijke omgevingen moeten aan voldoen vanuit thema mentaal welbevinden

Vanuit mentaal welbevinden

- ▶ Mogelijkheid om afstand te nemen van het dagelijkse leven
- ▶ Trekken aandacht zonder een mentale inspanning te vragen
- ▶ Kwaliteitsvol (aangenaam, bankjes, vuilbakken en veilig bv verlichting)
- ▶ Vegetatie/klaterend water/vogels zorgt voor verminderde perceptie van geluidshinder

- ▶ Toegankelijkheid en dichtbij
- ▶ Bewandelbaar

Indirecte invloed stimuleren via:

- ▶ Collectieve ervaringen en groepsdynamieken
- ▶ Fysieke activiteit

Voorwaarden waar natuurlijke omgevingen moeten aan voldoen vanuit thema hitte

Vanuit hitte

- Verkoeling mogelijk
- Meer groen

Voorwaarden waar natuurlijke omgevingen moeten aan voldoen vanuit thema beweging

Vanuit beweging

- Toegankelijk
- (veilig en gemakkelijk) Bereikbaar
- Functionele elementen die beweging stimuleren
 - Speelelementen
 - Fins parcours
 - Goede voetpaden
 - ...
- ▶ Verbinding met diensten
 - Toiletten
 - Horeca
 - ...

Voorwaarden waar natuurlijke omgevingen moeten aan voldoen vanuit thema roken

Vanuit roken

- Zien roken doet roken
- Daarom pleiten we voor rookvrije omgevingen

Voorwaarden waar natuurlijke omgevingen moeten aan voldoen vanuit thema voeding

Vanuit voeding

- Eetbare bomen en planten
- Gezonde horeca vs automaten
- ...

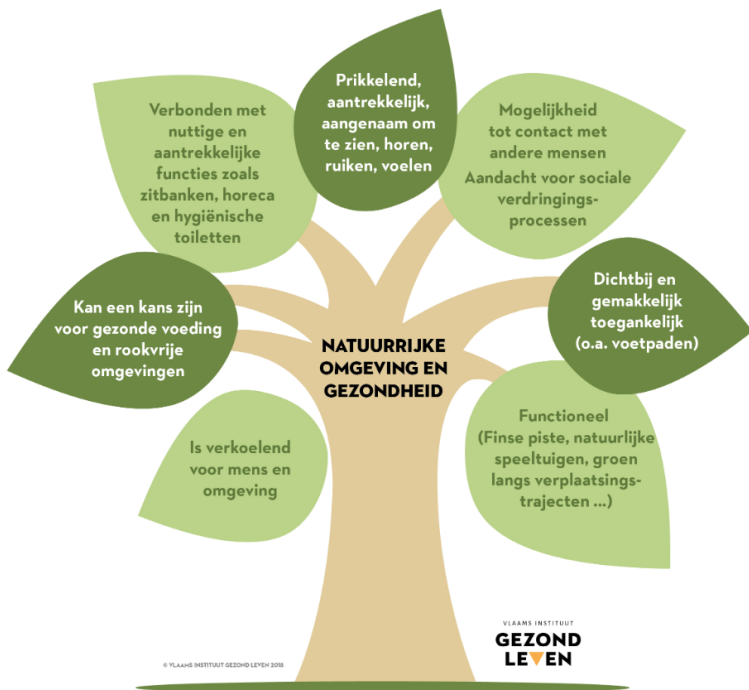
Volkstuinen ~luwte-oase

- ▶ Impact op mentaal welbevinden, beweging en gezonde voeding
- ▶ Bereikbaarheid

Plukboerderijen

- ▶ ...

19.10.18



MEER



MINDER



An Verdeyen

An.verdeyen@gezondleven.be

0485750254

gezondleven.be





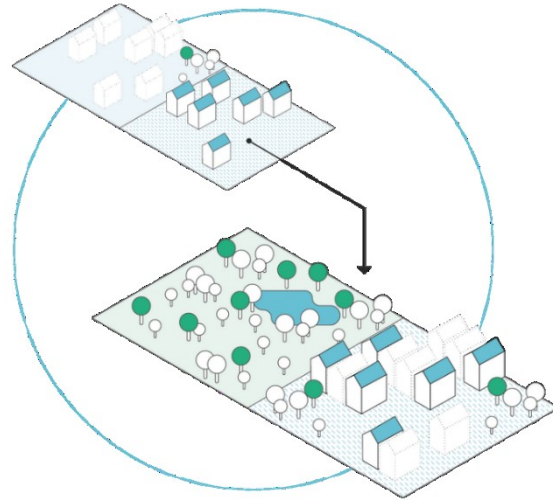
LUWTE-OASES
1 oktober 2018
Gilke Pée en Kaat Smets

© Flip Du Jardin

Strategische visie BRV

► Ambitie

- Ruimtelijk rendement verhogen op goed gelegen plekken in het ruimtebeslag.
- Verstedelijkingsdruk wegnemen zodat voldoende open ruimte rest voor tal van maatschappelijke (ecosysteem)diensten.



Figuur: witboek BRV (2016)

Strategische visie BRV

► Uitdaging

- Verweven en verdichten met behoud en versterking van de ruimtelijke en leefomgevingskwaliteit.
- Multifunctionele benadering van de (open) ruimte die maatschappelijke meerwaarde genereert.
- Fijnmazige groenblauwe aders verbinden groene zones in de stad met grotere polen aan de rand.



Figuur: witboek BRV (2016)

Inzetten op leefomgevingskwaliteit

► Intelligente ontwikkelingsstrategieën

→ 10 kernkwaliteiten - ruimtelijk rendement én ruimtelijke kwaliteit hand in hand

- × Gedeeld en meervoudig gebruik
- × Robuustheid en aanpasbaarheid
- × Herkenbaarheid, leesbaarheid en visuele aantrekkelijkheid van de omgeving
- × Waardering van erfgoed en de karakteristieken van het landschap
- × Biodiversiteit, ecologische samenhang en bodemkwaliteit
- × Klimaatbestendigheid
- × Energetische aspecten
- × Gezondheid
- × Inclusief samenleven
- × Economische vitaliteit



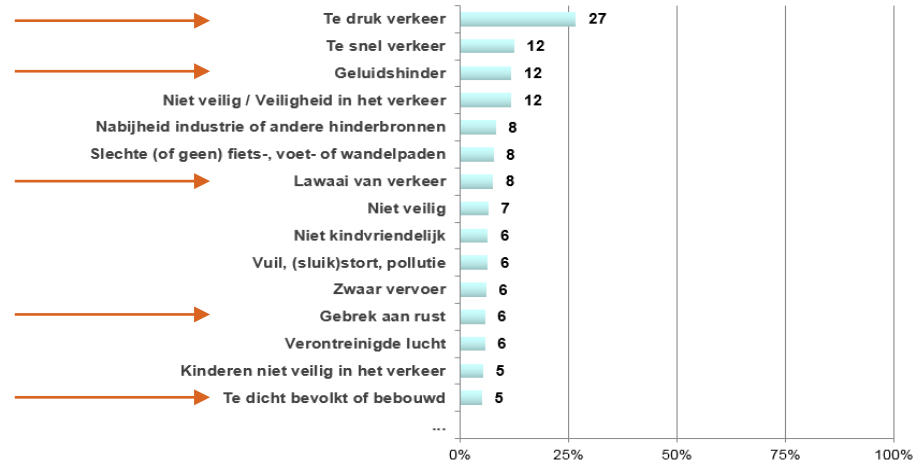
Figuur: witboek BRV (2016)

Inzetten op leefomgevingskwaliteit

Bron: ontwerpraapport-SLO4 (september 2018)

► Appreciatie van de woonomgeving

Figuur 6: Redenen waarom men de buurt zou afraden (672 respondenten met 1.479 redenen) – Vlaamse Gewest



► Geluidsgevoeligheid

→ 66% heeft het moeilijk om zich te ontspannen als er lawaai is

→ 40% noemt zich gevoelig voor geluid

Inzetten op leefomgevingskwaliteit

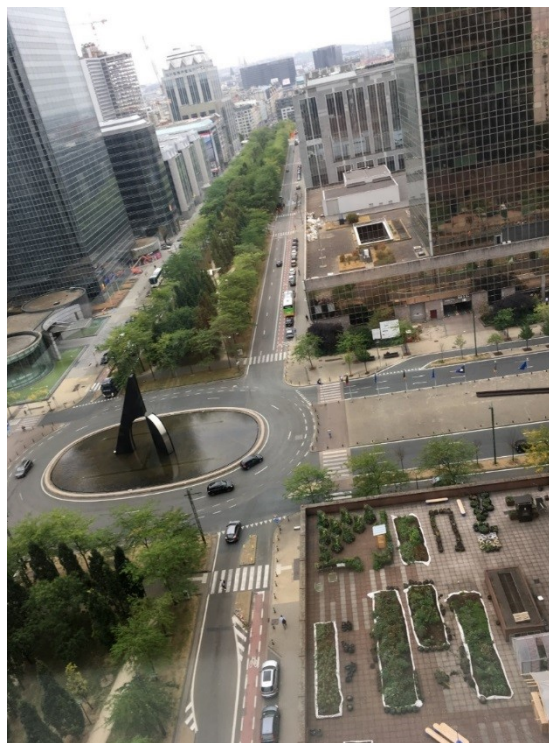
► Beheersen van omgevingslawaai

→ Geluidsoverlast

- ✗ Verschillende bronnen: verkeer (weg, spoor, lucht), burens, evenementen, bouw- en sloopwerken ...
- ✗ Van geluid naar hinder en overlast
 - Geluidsniveau
 - Omstandigheden
 - Persoonlijke gevoeligheid

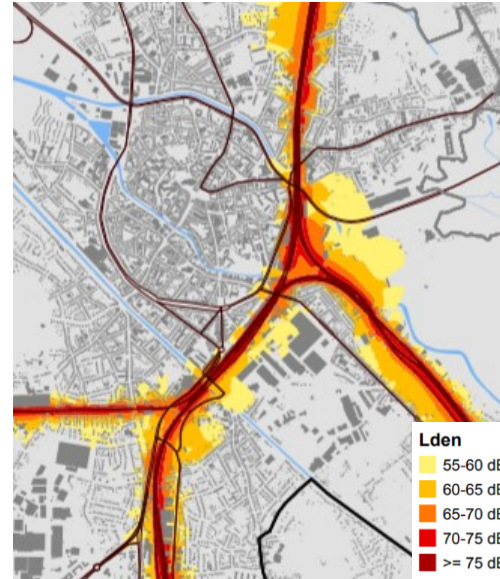
→ Geluidlandschap of soundscape

- ✗ Geheel van geluiden die je op een bepaalde plaats waarneemt
 - geluidsniveau
 - aard van geluiden
 - perceptie van geluiden
- ✗ Onderzoek naar en experimenteren met



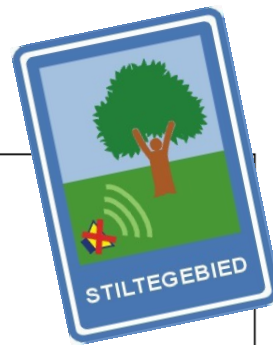
Stilte, rust en ruimte – even terug in de tijd

- ▶ EU-richtlijn omgevingslawaai 2002/49/EG
 - × in kaart brengen van belangrijkste bronnen van lawaai (wegen, spoorwegen, luchthavens en grote agglomeraties)
 - × actieplannen opstellen om de blootstelling aan omgevingslawaai te beheersen en te verminderen
 - × beschermen van stille gebieden

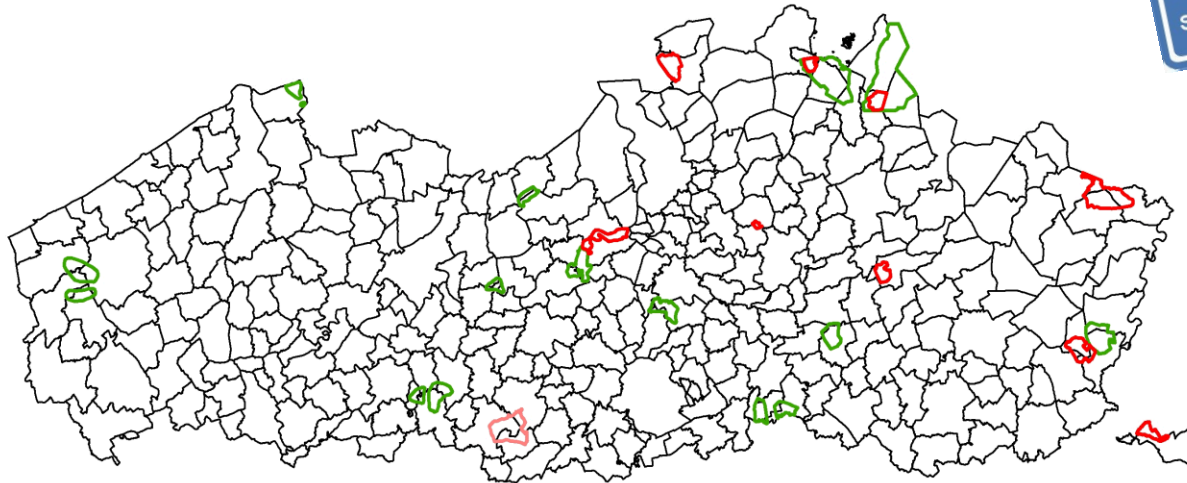


Figuur: Strategische geluidsbelastingskaart Vlaams-Brabant, januari 2018

Stiltegebieden in Vlaanderen



versie: december 2017






0 12,5 25

Kilometers

bron: Voorlopig referentiebestand gemeentegrenzen toestand 29 01 2016 - Geopunt Vlaanderen



-  Uitgereikte kwaliteitslabels stiltegebied
-  Proefproject Dender-Mark
-  Akoestisch onderzochte potentiële stiltegebieden

DEPARTEMENT
OMGEVING

@Bornem.be

@ Jos Bamps Zutendaal

**30DAGEN
 STILTE
 ZOEKEN**

Heuvelland Tranquillizer®
 een stiltekuur voor hart en ziel
10x/stille plek



@destillekempen.be

@rllk.be

MONUMENT



018

g van
 stilte



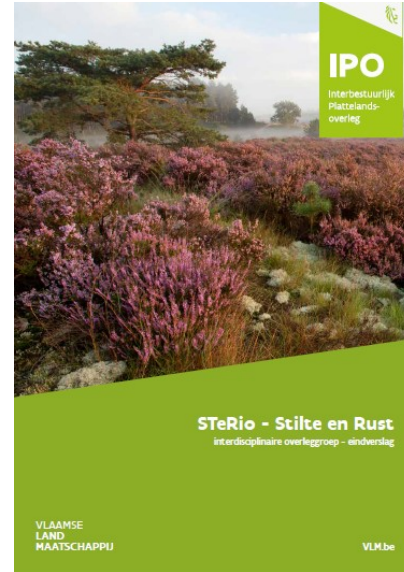
@waerbeke.be

www.dagvandestilte.be

Stilte, rust en ruimte – even terug in de tijd

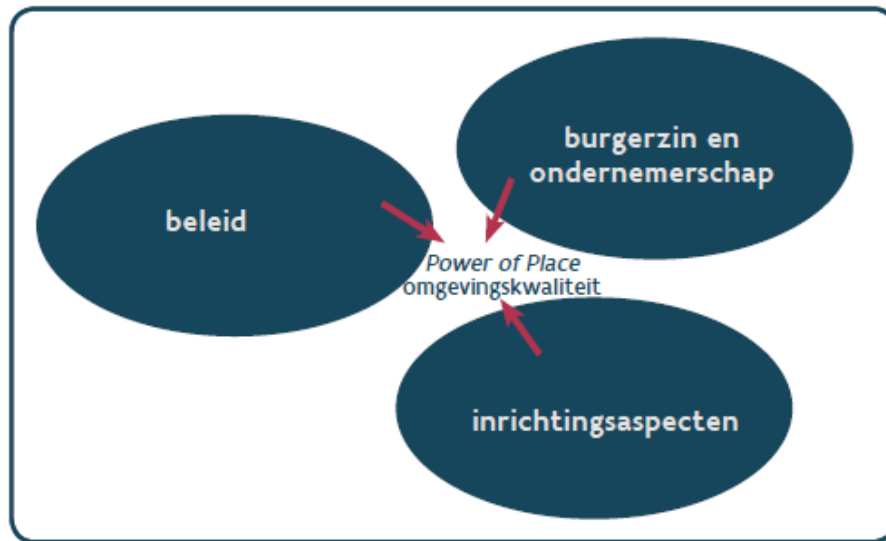
► STeRio – Stilte en Rust

- Aanbevelingen voor het duurzaam beheren, ontsluiten en inrichten van stille en rustige plekken
- Power of place
- Geen luxe, wel noodzaak



Stilte, rust en ruimte – even terug in de tijd

► STeRio – Stilte en Rust



Figuur: STeRio – Stilte en Rust

Stilte, rust en ruimte – terug naar vandaag

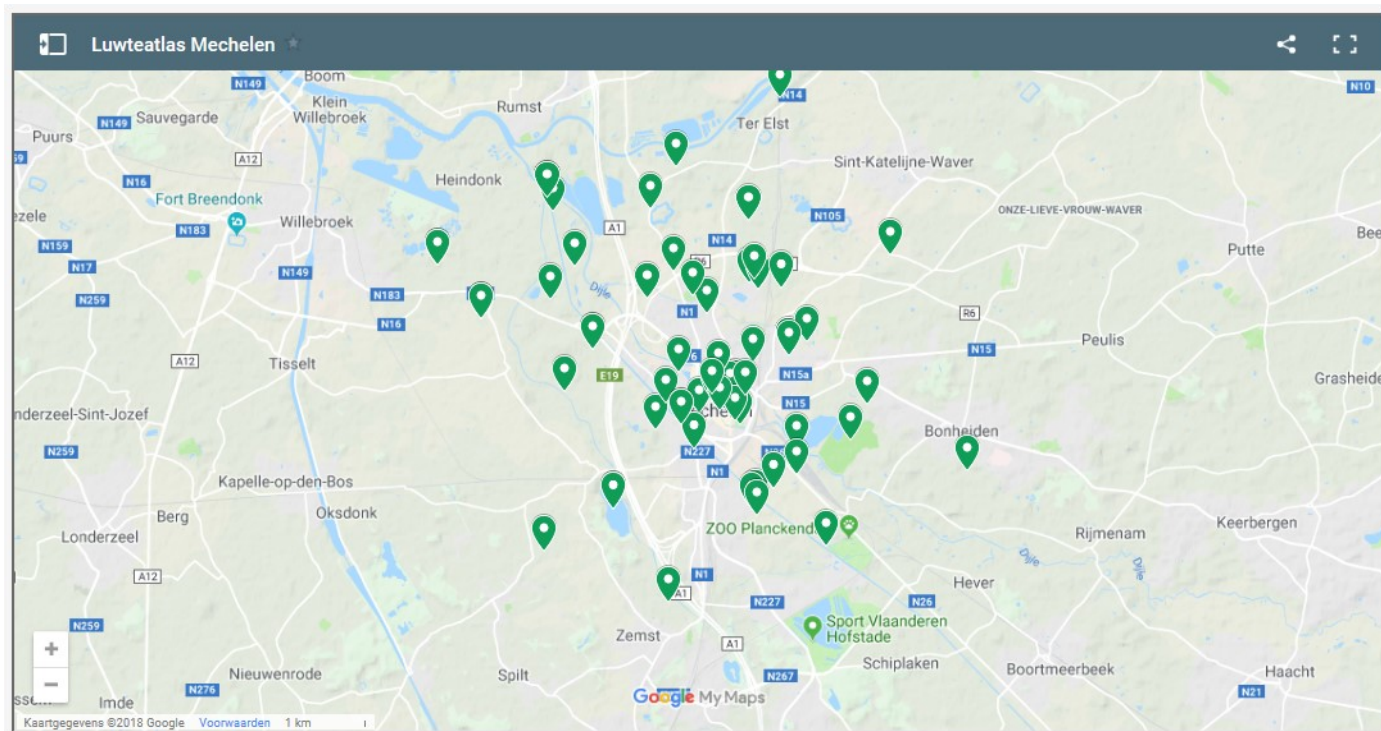
- ▶ Plekken van rust, stilte en natuurbeleving: versterken
 - Rustige plekken om even te ontsnappen aan de dagelijkse drukte
 - Plekjes aan de waterkant, parken, begijnhoven, musea enz.
 - Genieten van de stilte of aangenaam geheel van geluiden

“In hoeverre laat deze plek je toe om tot rust te komen, even uit de dagelijkse drukte te stappen en afstand te nemen van het ritme van de stad?”



Figuur: Verkennend onderzoek luwteplekken en rustbeleving in Gent (2017)

Stilte, rust en ruimte – terug naar vandaag



Stilte, rust en ruimte – terug naar vandaag

- ▶ Welke elementen definiëren een luwte-oase?
 - Stil/aangename geluiden
 - Visueel aantrekkelijk
 - Orde/wanorde
 - Groen
 - Alleen/samen
 - Open/gesloten
 - ...



@deliereman.be