

WIJK EN JEUGD

TNO heeft in vijf prioriteitswijken uit de 56-wijken aanpak die tussen 2004 en 2008 gedeeltelijk zijn geherstructureerd en vijf controlewijken uit dezelfde gemeenten (Amersfoort, Haarlem, Hengelo, Rotterdam en Schiedam/Vlaardingen) onderzocht wat de relatie is tussen veranderingen in de fysieke omgeving en veranderingen in het beweeggedrag van kinderen. In alle wijken is het beweeggedrag van kinderen van 6 t/m 12 jaar zowel in 2004 als in 2008 een week lang in kaart gebracht met behulp van een beweegdagboekje. Tevens is op beide meetmomenten de fysieke leefomgeving in kaart gebracht met behulp van de TNO wijkscan. Door het gebruik van GPS meters, versnellingsmeters en geografische informatie systemen in een subgroep van de onderzoekspopulatie is tevens inzicht verkregen in de locaties waar kinderen bewegen. Ook is met deze meetmethoden inzicht verkregen in de actieradius van kinderen voor lopen en fietsen tussen huis en school. Het onderzoeksrapport is gratis te downloaden via www.tno.nl/gezondewijk.

IMPALA

TNO heeft in 2010 samen met 13 Europese landen een EU-project uitgevoerd onder de naam IMPALA: Improving infrastructures for Leisure time Physical Activity in the Local Arena. Doel van dit project was om 'good practices' te identificeren voor de planning, financiering, bouw en management van een beweegvriendelijke infrastructuur. Op basis hiervan is een richtlijn opgesteld gericht op het betrekken van meerdere stakeholders en het verminderen van gezondheidsachterstanden door beweegstimulering bij kwetsbare groepen. Met deze richtlijn kan het huidige beleid en uitvoering gescreend worden. Tegelijkertijd worden handreikingen gegeven voor verbetering. De richtlijn is gratis te downloaden via www.impala-eu.org.

PLAYGROUND VAN DE TOEKOMST

TNO heeft in 2006 zes speelplekken in aandachtswijken geëvalueerd in Noord- en Zuid-Holland. Onder kinderen van 6 t/m 12 jaar is met behulp van observaties, vragenlijsten, interviews en versnellingsmeters onderzocht in welke mate de speelplekken bijdragen aan het beweegplezier, het energieverbruik, de motorische ontwikkeling en de sociale integratie van kinderen. Het onderzoeksrapport is gratis te downloaden via www.tno.nl/playground.

URBAN STRATEGY

TNO wil kennis over de relatie tussen de fysieke leefomgeving en het beweeggedrag van mensen op een toegankelijke manier overdragen aan de praktijk. Om dit te bewerkstelligen en om bewegen en gezondheid mee te laten wegen in ruimtelijke planvorming is de beweegmodule aan Urban strategy toegevoegd. In de beweegmodule wordt het volgende gevisualiseerd:

- Woonplek van kinderen (demografie op postcodeniveau).
- Locatie van speelelementen (bv. hang/klim toestellen, basket en zandbak).
- Dekkingsgebied van speelplekken voor kinderen uit verschillende leeftijdscategorieën (2-5, 6-12, 13-18 jaar).
- Invloed van barrières in de omgeving (i.e. water, verkeer, gebouwen) op het dekkingsgebied van speelplekken.

Meer informatie: www.tno.nl/urbanstrategy.



BEWEEGVRIENDELIJKE WIJKEN VOOR KINDEREN



TNO innovation for life

TNO.NL

GEZOND LEVEN

TNO initieert technologische en sociale innovatie voor een gezonde inrichting van ons leven en voor een vitale samenleving.

TNO
Wassenaarseweg 56
Postbus 2215
2301 CE Leiden

Mevr. Dr. S.I. de Vries
T 088 866 61 95
E sanne.devries@tno.nl

Voldoende beweging is belangrijk: een actieve leefstijl bevordert de gezondheid en het welzijn van kinderen en vermindert in de toekomst de aanspraak op zorg. Als kinderen lopend of fietsend naar school gaan, actief hun schoolpauzes doorbrengen en iedere dag buitenspelen of sporten, heeft dat bovendien gunstige gevolgen voor de mobiliteit, de leefbaarheid en de luchtkwaliteit in de wijk.

TNO kan gemeenten ondersteunen bij de integrale aanpak om wijken zó in te richten dat het een plezier wordt om de deur uit te gaan.

KENNIS IS NODIG

Gemeenten hebben een belangrijke taak bij het bevorderen van de gezondheid van hun inwoners, onder andere door beweging te stimuleren. Dat is niet eenvoudig, want het is een inhoudelijk complex proces, waarbij verschillende sectoren betrokken zijn. TNO heeft actuele kennis op het gebied van gezondheidsbevordering, beweegstimulering en ruimtelijke inrichting van wijken. Met deze kennis kan zij gemeenten en andere stakeholders ondersteunen, zodat optimale gezondheidswinst kan worden geboekt met de beschikbare middelen.

BEWEEGSTIMULERING DOOR DE OMGEVING

TNO heeft de afgelopen jaren kennis verzameld over de relatie tussen de inrichting van wijken en het beweeggedrag. Zo heeft zij in tien stadswijken onderzocht

hoe veranderingen in de fysieke leefomgeving samenhangen met veranderingen in het beweeggedrag van kinderen. Uit dit onderzoek komt naar voren dat:

- Slechts één op de drie kinderen de Nederlandse Norm Gezond Bewegen haalt, die stelt dat kinderen iedere dag minimaal 60 minuten tenminste matig intensief moeten bewegen.
- Kinderen het grootste gedeelte van hun tijd buiten doorbrengen op pleinen en stoepen, ook wel informele speelruimte genoemd.
- Verbeteringen in de verkeersinfrastructuur een positief effect hebben op het beweeggedrag van kinderen in de wijk.
- Kinderen die op een afstand van 350 meter van hun basisschool wonen, allemaal lopen of fietsen naar school. Bij een afstand vanaf 850 meter loopt of fietst er geen enkel kind meer tussen huis en school.

TNO heeft tevens een onderzoek uitgevoerd naar succesfactoren van verschillende speelplekken. Uit dit onderzoek komt naar voren dat:

- Schone, goed onderhouden speelplekken met een combinatie van sport-, speel- en ontmoetingselementen en speelplekken waar activiteiten georganiseerd worden, het meest succesvol zijn. Dergelijke speelplekken dragen het meest bij aan het beweegplezier, het energieverbruik, de motorische ontwikkeling en de sociale integratie van kinderen.
- Kinderen 35% van de tijd die zij op een speelplek doorbrengen tenminste matig intensief bewegen.

ADVIES

Op basis van deze twee onderzoeken en een quick scan van de literatuur, adviseert TNO om bij het (her)inrichten van wijken meer aandacht te besteden aan de beweegvriendelijkheid door:

- Het verlagen van de snelheid van auto's in de bebouwde kom (bv. door verkeersdrempels en wegversmallingen).
- Het creëren van goede en veilige wandel- en fietsverbindingen naar scholen en sport- en speelplekken.
- Het stimuleren van het gebruik van (school)pleinen, speelplekken en stoepen (bv. door het organiseren van activiteiten en het creëren van speel-aanleidingen zoals boomstammetjes en interactieve stoeptegels).

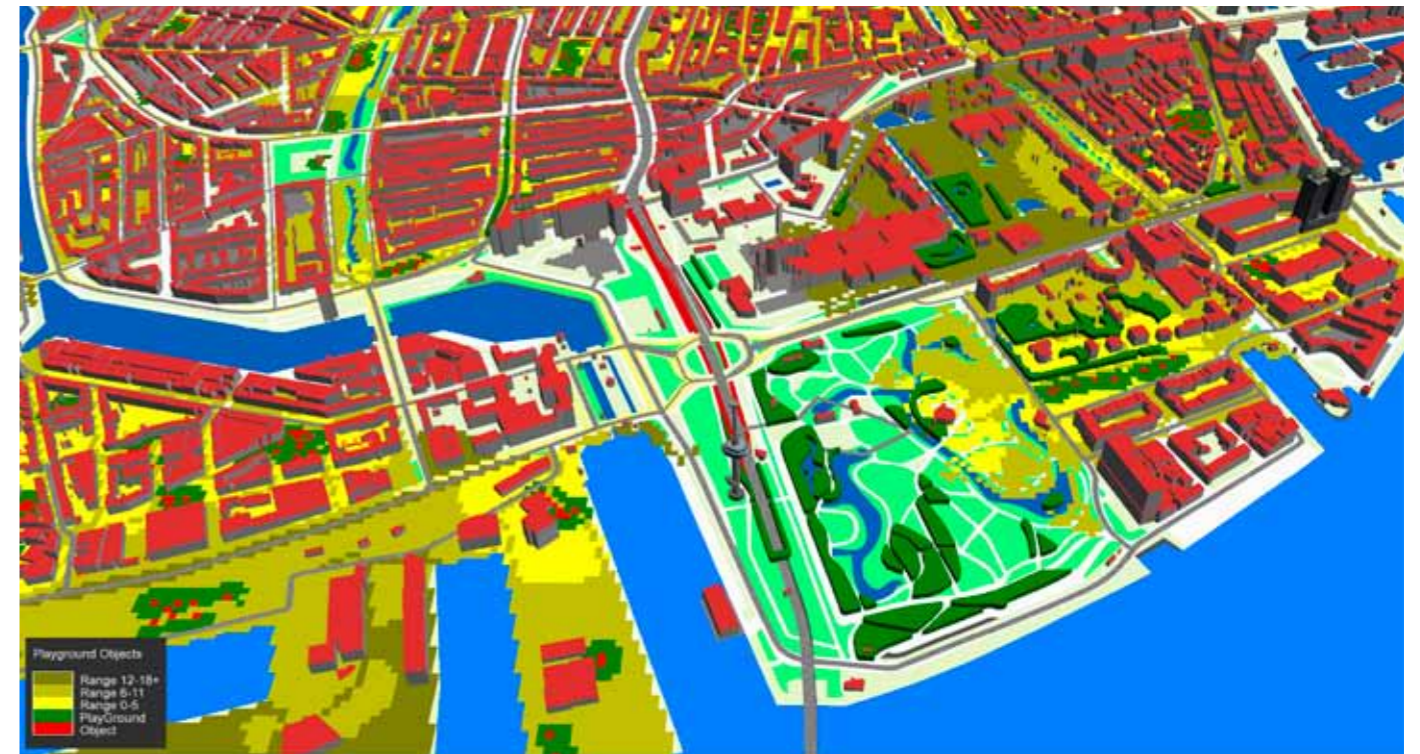
INTEGRALE AANPAK

In de besluitvorming rondom de inrichting van de fysieke omgeving spelen uiteenlopende belangen. Zo stellen inwoners andere eisen aan hun omgeving dan bedrijven. Eisen die vaak lastig te combineren zijn. Om dit proces te bevorderen en om beweegvriendelijkheid een onderdeel te laten zijn van de ruimtelijke plannen, wordt aanbevolen om verschillende beleidsterreinen (o.a. ruimtelijke ordening, mobiliteit, economie, welzijn, sport en recreatie) en stakeholders (overheden, projectontwikkelaars, woningbouwcorporaties, scholen, aannemers, kinderen en ouders) in een vroeg stadium te betrekken. Dit met het oog op bewustwording, draagvlak en acceptatie.

'EEN ACTIEVE LEEFSTIJL BEVORDERT DE GEZONDHEID EN HET WELZIJN VAN KINDEREN'



'SPEELPLEKKEN DRAGEN BIJ AAN HET BEWEEGPLEZIER VAN KINDEREN'



METHODIEK

TNO heeft hier een aantal methoden voor ontwikkeld. Zo is binnen het IMPALA project in Europees verband een richtlijn ontwikkeld voor planning, financiering, bouw en management van een beweegvriendelijke infrastructuur.

Daarnaast heeft TNO het instrument Urban Strategy ontwikkeld. Urban Strategy is een hulpmiddel voor interactieve ruimtelijke planvorming waarmee inzicht kan worden

verkregen in de effecten van aanpassingen in de fysieke leefomgeving op verschillende beleidsterreinen. Het bestaat uit twee componenten: geavanceerde software én dienstverlening door TNO. Het instrument berekent wat een aanpassing, zoals de aanleg of verbreding van een weg, voor gevolgen heeft voor bijvoorbeeld de verkeersintensiteit, de luchtkwaliteit, geluidhinder en de externe veiligheid. Recent is aan Urban Strategy een beweegmodule toegevoegd die de bereikbaarheid

van speelplekken en andere voorzieningen visualiseert. Het helpt bestuurders, stedenbouwkundigen, projectontwikkelaars, woningbouwcorporaties en verkeerskundigen nieuwe situaties te verkennen, ontstane situaties te evalueren en integrale oplossingen voor complexe planologische vraagstukken te vinden. Met Urban Strategy komt men sneller en efficiënter tot een gedragen gebiedsplan.