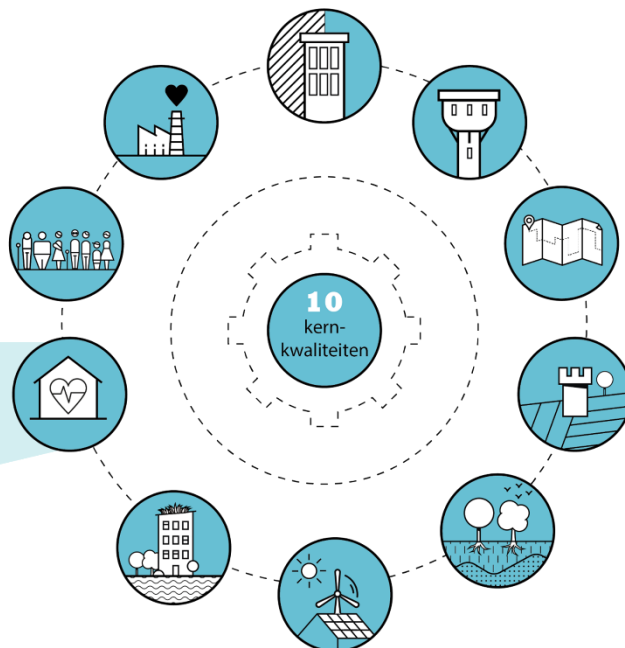
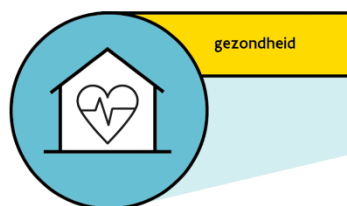


## Gezondheid

De inrichting van de ruimte beperkt gezondheidsrisico's door in het ontwerp blootstelling aan lucht- en geluidshinder te vermijden en de beweeg- en spelvriendelijkheid te bevorderen. Inrichting draagt bij aan gezondheid door de toepassing van de ruimtelijke principes die ingaan op aspecten zoals veiligheid en mogelijkheid tot bewegen en spelen. (*Strategische visie Beleidsplan Ruimte Vlaanderen, p.29*)



### Waarom is deze kernkwaliteit belangrijk? Wat is het doel?

Ruimtelijke inrichting en dan vooral stedenbouw is sterk vanuit gezondheidsoverwegingen tot stand gekomen. Met de ontwikkeling van de moderne geneeskunde verwaterde deze link omdat men van oordeel was dat geneeskundige doorbraken een oplossing zouden bieden. Het laatste decennium wordt het echter meer en meer duidelijk dat heel wat gezondheidsvraagstukken verbonden zijn aan onze leefomgeving (en levensstijl), denk aan chronische luchtwegaandoeningen, obesitas, allergieën, depressie, maar ook hittedoden als epidemieën van onze tijd.

### Welke aspecten maken deel uit van deze kernkwaliteit?

**Luchtverontreiniging en geluidshinder** hebben een belangrijke impact op de fysieke en mentale gezondheid van de mens. Fijnstof is de milieufactoor die in Vlaanderen zorgt voor het grootste verlies aan gezonde levensjaren. Geluid komt op de tweede plaats. De WHO vaardigt onder andere voor deze thema's richtlijnen uit die de belangrijke en aantoonbare gezondheidseffecten identificeren en advieswaarden en richtlijnen formuleren. Ook vanuit de Europese Commissie wordt volop ingezet op het verbeteren van de luchtkwaliteit en het omgevingslawaai met behulp van richtlijnen. Voor luchtkwaliteit worden hierin luchtkwaliteitsnormen en drempelwaarden opgelegd. Voor geluidskwaliteit wordt het bepalen hiervan voorlopig overgelaten aan de lidstaat zelf. Luchtverontreiniging en geluidshinder zijn dan ook twee belangrijke pijlers om aan te werken als het gaat om een gezonde leefomgeving. Maar niet de enige. Ook de **kwaliteit van de binnenlucht** is een belangrijk aandachtspunt, gezien we meer dan 85% van onze tijd binnenshuis doorbrengen. Het is dus van belang om naast een gezonde buitenluchtkwaliteit ook een gezonde binnenluchtkwaliteit te garanderen. Daarnaast toont onderzoek aan dat **(diffuse) bodem- en waterverontreiniging** een mogelijk gezondheidsrisico inhoudt. Ook **geurhinder en lichthinder en -vervuiling** zijn aspecten die impact hebben op de levenskwaliteit. In de buurt van bedrijventerreinen en industrie komt hierbij nog het aspect van **veiligheid**. Ook klimaatverandering kan gezondheidseffecten teweeg brengen zoals **hittestress** en het **hitte-eilandeffect**. Dit wordt verder toegelicht in de fiche over klimaatbestendigheid.

Overlast kan van verschillende bronnen afkomstig zijn: gemotoriseerd verkeer, industrie, bedrijvigheid, intensieve veeteelt, houtverbranding, slecht geplaatste of overgedimensioneerde verlichting ...

Naast fysiek meetbare gevolgen zoals hart- en vaatziekten wordt ook steeds meer onderzoek gedaan naar de mentale gevolgen van milieuverontreiniging. Vaak gaat het dan om een combinatie van factoren waarbij naast luchtkwaliteit en geluidsoverlast ook aspecten zoals geurhinder, lichthinder, groenbeleving en ondervonden hinder meespelen. Deze laatste zijn moeilijker te objectiveren. Verschillende onderzoeken onderschrijven wel het verband tussen natuur en gezondheid. Contact met natuur kan het **mentale welbevinden** op twee manieren positief beïnvloeden: indirect, omdat het aanzet tot bewegen en sociaal contact, en direct, omdat groen stressverlagend en ontspannend werkt en dus een positieve invloed heeft op het welzijn. Ook neemt de vraag naar luwteplekken waar zintuiglijke rust heerst (geluid, geur, prikkels, inrichting ...) toe.

**Beweeg- en speelvriendelijkheid** zijn twee elementen die bijdragen tot het verhogen van de fysieke en mentale gezondheid van de populatie en dus ook een belangrijk onderdeel bij de inrichting van de ruimte. Daarnaast beïnvloedt de manier waarop de omgeving ons in contact brengt met voeding ons consumptiegedrag. **Toegankelijke gezonde voeding** voor iedereen draagt bij tot een gezond voedingspatroon. Bewandelbaarheid (walkability) kan dus samen met de toegang tot voedsel geassocieerd worden met enerzijds de gezondheid van mensen (overgewicht als gevolg van een sedentaire levensstijl) en anderzijds de impact op het milieu (als gevolg van de keuze voor niet-duurzame transportmodi).

### Hoe kan eraan gewerkt worden?

#### Hoe de milieuhinder zo beperkt mogelijk houden en de leefomgevingskwaliteit zo goed mogelijk?

Het doel is te streven naar een situatie waarbij milieuhinder in verhouding staat tot de omgevingsfuncties. Elke gebiedsontwikkeling heeft een andere context waarbinnen het beperken van de gezondheidsimpact en de milieuhinder best wordt aangepakt. Bepaalde omgevingen (woon-, zorg-, school-, sportomgevingen) verdienen hierbij extra aandacht.

Het is dus belangrijk om bij de realisatie van projecten deze aspecten al van de start mee te nemen om eventuele overlast in de toekomst zoveel mogelijk te vermijden. Maar ook bij de opmaak van beleidsplannen verdient het aspect gezondheid aandacht om te vermijden dat problemen na realisatie opduiken en om een zo goed mogelijke levenskwaliteit te waarborgen. Bijvoorbeeld de mate waarin we in Vlaanderen aan lucht- en verkeersemissies maar ook aan (diffuse) bodem- en waterverontreiniging worden blootgesteld, hangt sterk af van de omgeving waarin we wonen en werken. Daarom is het belangrijk om bij de locatiekeuze en gebiedsontwikkeling te werken binnen een duidelijk afwegingskader dat relevante risico's en omgevingsaspecten in rekening brengt en de blootstelling aan potentiële verontreiniging zoveel mogelijk beperkt. Dit is vooral belangrijk voor kwetsbare functies (zoals crèches, scholen, woonwijken, ...) omdat kinderen, ouderen en zieken extra kwetsbaar zijn voor gezondheidseffecten van verontreiniging.

Verminderen van de opname van vervuilende stoffen van diffuse bodemverontreiniging kan bijvoorbeeld via het beperken van consumptie van zelfgeeteelde groenten, eieren van eigen kippen en putwater of het beperken van inademing van en contact met opwaaiend bodemstof. Op het vlak van luchtverontreiniging en geluidshinder verdienen maatregelen die de overlast aanpakken voor die ontstaat - dit noemen we bronmaatregelen - de voorkeur. Deze maatregelen zijn immers het meest kostenefficiënt en pakken de oorzaak van het probleem aan door de emissies zelf te beperken. Voorbeelden hiervan zijn de invoering van circulatieplannen om de hoeveelheid doorgaand verkeer te verminderen, het aanpassen van het wegdek, het invoeren van milieugebruiksruimten voor bedrijventerreinen, verlichting enkel plaatsen waar nodig is en met voldoende aandacht voor de omgeving of maatregelen treffen om geurhinder te voorkomen. In tweede instantie worden overdrachtsmaatregelen of maatregelen bij de ontvanger ingezet, die de blootstelling aan emissies beperken. Bijvoorbeeld door niet te bouwen op zwaar belaste punten, te zorgen voor voldoende ventilatie zodat de luchtverontreiniging niet blijft hangen tussen bouwblokken, het creëren van geluidsluwe gevels, het werken met geluidsschermen of compacte groenbuffers of het inrichten van stadsbossen en luwteplekken. De binnenluchtkwaliteit is hierbij ook een aandachtspunt. Op vlak van geluid kan nog een derde type van maatregelen worden ingezet namelijk milderende maatregelen om de

perceptie van hinder te verminderen, zoals het aanplanten van groen. Hierbij wordt niet gewerkt aan het beperken van de oorzaak van het probleem of de blootstelling maar wel aan het beperken van de perceptie van de hinder en het verhogen van het algemeen welbevinden.

Ook andere aspecten van milieuhinder zoals geurhinder en lichthinder worden best vanaf het begin van het project of de vergunningsaanvraag meegenomen om overlast na realisatie te vermijden. In bepaalde gevallen moet voor een project een milieubeoordeling zoals milieueffecten- of veiligheidsrapport worden opgemaakt.

In de buurt van bedrijventerreinen en industrie is het belangrijk om ook veiligheidsaspecten zoals de potentiële risico's die deze bedrijven kunnen hebben voor de nieuwe ontwikkeling. Bijvoorbeeld de opslag van explosieve stoffen zoals brandstof.

#### Hoe de omgeving beweegvriendelijk inrichten?

Een beweegvriendelijk ingerichte omgeving stimuleert, faciliteert en verleidt mensen om te bewegen, te spelen en te sporten en zich actief te verplaatsen. Ze moedigt aan om te bewegen, bevordert het sociaal contact en zet kinderen aan om in de open lucht en de natuur te spelen. Een beweegvriendelijke inrichting nodigt uit om individueel en ongeorganiseerd bewegen en sporten. Bijvoorbeeld door meer ruimte te maken voor voetgangers, fietsers, (spelende) kinderen en minder mobiele mensen bij de inrichting van straten of door buurtactiviteiten mogelijk te maken zoals straatfeesten, terrasjes, speelprykkels. Ze werkt ook drempelverlagend om deel te nemen aan georganiseerde sport- en beweegactiviteiten. Bijvoorbeeld door een verhoogde zichtbaarheid van in het openbaar domein georganiseerde activiteiten of een verbeterde toegankelijkheid van sportaccommodaties en speelplaatsen van scholen. Het kan er ook toe bijdragen dat mensen meer bewegen zonder dat hiervoor specifieke sportaccommodaties moeten worden voorzien (op bedrijventerreinen, kantoorwijken ...). Een beweegvriendelijke omgeving ondersteunt zo de vitaliteit die nodig is om een productieve en welvarende samenleving te behouden.

#### Hoe zet de omgeving aan tot een actieve, gezonde levensstijl en actieve verplaatsingen?

Een beweegvriendelijke inrichting zet mensen aan tot een actieve, gezonde levensstijl door zich op een actieve manier te verplaatsen door te fietsen, wandelen, lopen ... . In de openbare ruimte bevinden zich fysieke voorzieningen, die hiertoe aanzetten. Deze voorzieningen kunnen gaan van comfortabele voetpaden, veilige en comfortabele fiets- en wandelpaden, over eenvoudige trapveldjes, tot Finse pistes, fitnessstoestellen, fit-o-meters en agoraspace. Maar even goed betreft het natuurlijke elementen als boomstronken en takken, stenen, zand en water en reliëfkenmerken als heuvels en taluds ("hoekjes en kantjes"), informele speelruimten zoals gelijkgrondse waterpartijen, pleininrichtingen of speelse vloerdecoraties nodigen ook uit tot een hogere beweeg- en spelvriendelijkheid.

Dit alles zorgt voor hoge diversiteit aan gebruikers van de publieke ruimte en stimuleert zo een diverse sociale en economische ontwikkeling van het gebied, waardoor ook eenzaamheid tegengegaan wordt.

Ook de aanwezigheid van toegankelijke gezonde voeding stimuleert een gezonde levensstijl. We leven momenteel echter in omgevingen waar bijna overal smaakvol en goedkoop voedsel aanwezig is, waardoor we continu verleid worden tot het consumeren van (vaak calorierijk) eten en drinken. Werken aan voedselomgevingen<sup>1</sup> die de keuze voor een gezond én milieuverantwoord voedingspatroon bevorderen, is dus cruciaal. Zo kunnen voedselwoestijnen (afwezigheid van gezonde voeding) en voedselmoerassen (waar ongezonde voeding domineert) vermeden worden door te zorgen voor brede beschikbaarheid van een divers aanbod aan winkels, horecavoorzieningen of mobiele/tijdelijke distributiepunten met voldoende verse, gezonde producten in de aanbieding. Bijvoorbeeld: automaten met voedzame snacks, voedselmarkt met lokale, gezonde producten aan scholen na schooltijd ... Ook een duurzame nabijheidslogica is cruciaal om te sturen op toegankelijk gezond voedsel voor iedereen. Niet alleen fysieke, maar ook financiële toegankelijkheid (betaalbaarheid) speelt hierbij een rol. Verder kan ook eetbaar groen in (semi-)publieke ruimte onder de vorm van bijvoorbeeld een eetbare tuin met bessenstruiken of een moestuin

<sup>1</sup> . De term voedselomgeving slaat op de omgevingen waarin we ons in ons dagelijks leven bevinden en de manier waarop die omgeving ons in contact brengt met voedsel. (<https://omgeving.vlaanderen.be/voedselomgevingen>)

beheerd door de buurt gestimuleerd worden. Ook publieke drinkwatertappunten op druk bezochte plaatsen hebben een invloed op gezondheid: ze stellen gratis drinkwater ter beschikking voor iedereen in de publieke ruimte.

#### Praktische informatie:

##### **Beleidsplannen, onderzoek, geografische kaarten en cijfers**

- o [Raadpleeg de geluidsbelastingkaarten](#) en [lees de geluidsactieplannen](#) (Departement Omgeving)
- o [Raadpleeg plannen, meetresultaten en andere informatie in verband met luchtverontreiniging](#) (Vlaamse Milieumaatschappij)
- o [Raadpleeg de onderzoeksresultaten in verband met \(diffuse\) bodem- en waterverontreiniging](#) (Steunpunt Milieu & Gezondheid)
- o [Leer meer over gezonde en milieuverantwoorde voedselomgevingen](#) (Departement Omgeving)
- o [Raadpleeg de tool leefkwaliteitvlaanderen.be](#) waarin kaarten zijn samengebracht over verschillende van aspecten die invloed hebben op gezondheid en leefomgevingskwaliteit waaronder lucht, geluid, buurtgroen, overstromingsgebieden, zendantennes, ... (Departement Omgeving)
- o [Gebruik de GIS-tool MIROK](#) om leefomgevingskwaliteit in kaart te brengen (Departement Omgeving)
- o [Lees meer over de Leefplekmeter](#), een manier om leefomgevingskwaliteit in kaart te brengen (GezondIn)
- o [Raadpleeg de Lokale gezondheidsindicator mobiliteit](#) (Agentschap Zorg en Gezondheid)
- o [Bekijk de Walkabilityscore](#) van de Vlaamse gemeenten (Vlaams Instituut Gezond Leven)
- o [Bekijk de Gezondheid Effecten Screening \(GES\)-score luchtkwaliteit van de Vlaamse gemeenten](#) (Geopunt Vlaanderen)
- o [Bekijk de GES-score geluidsbelasting van de Vlaamse gemeenten](#) (Geopunt Vlaanderen)

##### **Projecten, handleidingen en informatieve documenten**

- o [Ontdek hoe je akoestische kwaliteit in leefomgevingen kan verbeteren](#) (Departement Omgeving)
- o [Raadpleeg de website 'Gezond Publieke ruimte' en werk aan een meervoudige gezondheidswinst](#) (Vlaams Instituut Gezond Leven en Agentschap Zorg en Gezondheid)
- o [Vind inspiratie in de fiches over het ontwerpen van toekomstbestendige en gezonde woonomgevingen](#) (Departement Omgeving)
- o [Lees de brochure 'Gezonde leefomgevingen creëren: focus op luchtkwaliteit'](#) voor meer informatie en richtlijnen voor het verbeteren van luchtkwaliteit. (Vlaamse Milieumaatschappij)
- o [Raadpleeg de richtlijnen en checklist 'Bouw gezond'](#), die helpen om te werken aan een goede binnenlucht (Departement Omgeving)
- o [Vind op 'gezond uit eigen grond' informatie](#) over bodemgesteldheid en concrete richtlijnen en tips voor gezond tuinieren (Departement Omgeving)
- o [Vind meer informatie over lichthinder](#) (Departement Omgeving)
- o [Lees het visiedocument en de codes van goede praktijk over geurhinder](#) (Departement Omgeving)
- o [Leer uit het proefproject 'beoordelingskader voor scholen en kinderdagverblijven'](#) (Stad Antwerpen)
- o [Lees meer over Schoolomgeving 2.0 van het Octopusplan](#) (Octopusplan)
- o [Ga aan de slag met groene functionele bewegingstrajecten](#) (Departement Omgeving)
- o [Lees hier hoe je je gemeente in beweging kan zetten](#) (Sport Vlaanderen)
- o [Vind meer informatie over speelweefsel](#), een netwerk dat alle informele en formele (speel)plekken omvat en de routes die deze plekken verbinden (Kind en Samenleving)