

Inspiratiemoment Gezonde mobiliteit

“Elke m² telt”



PROGRAMMA

Inleiding 10.000 stappen

Waarom inzetten op de omgeving

Gezonde publieke ruimte

Verkiezingen 2024



PROGRAMMA

Pauze

Parallel sessies break out rooms – deel 1

Parallel sessies break out rooms – deel 2

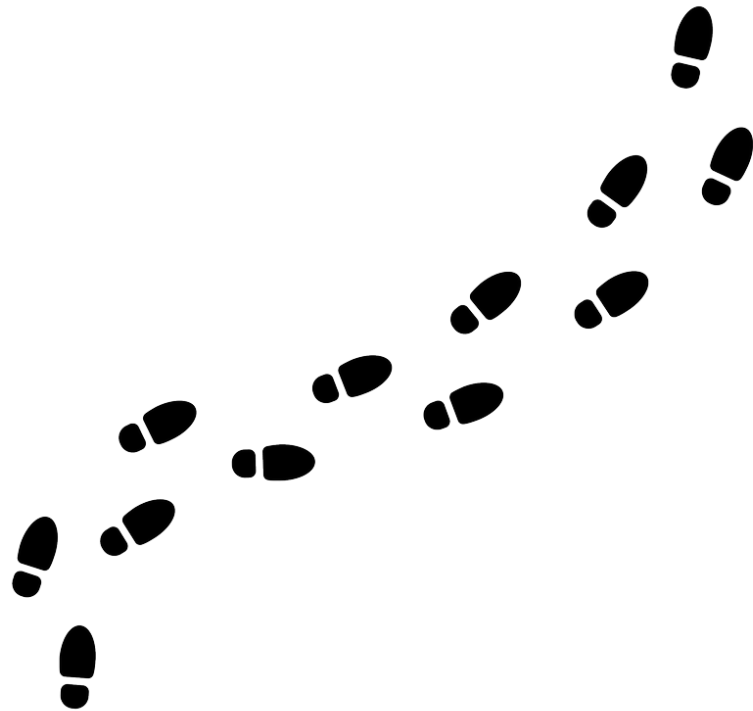
Afronden & vragen



Inleiding



Campagne van 4 jaar (2021 – 2024)



10.000 stappen en 'Elke stap telt'

langdurig zichtbaar maken in de publieke ruimte →

groeien naar een beweegvriendelijke buurt

Duurzame campagne van 4 jaar (2021 – 2024)

2021

2022

2023

2024

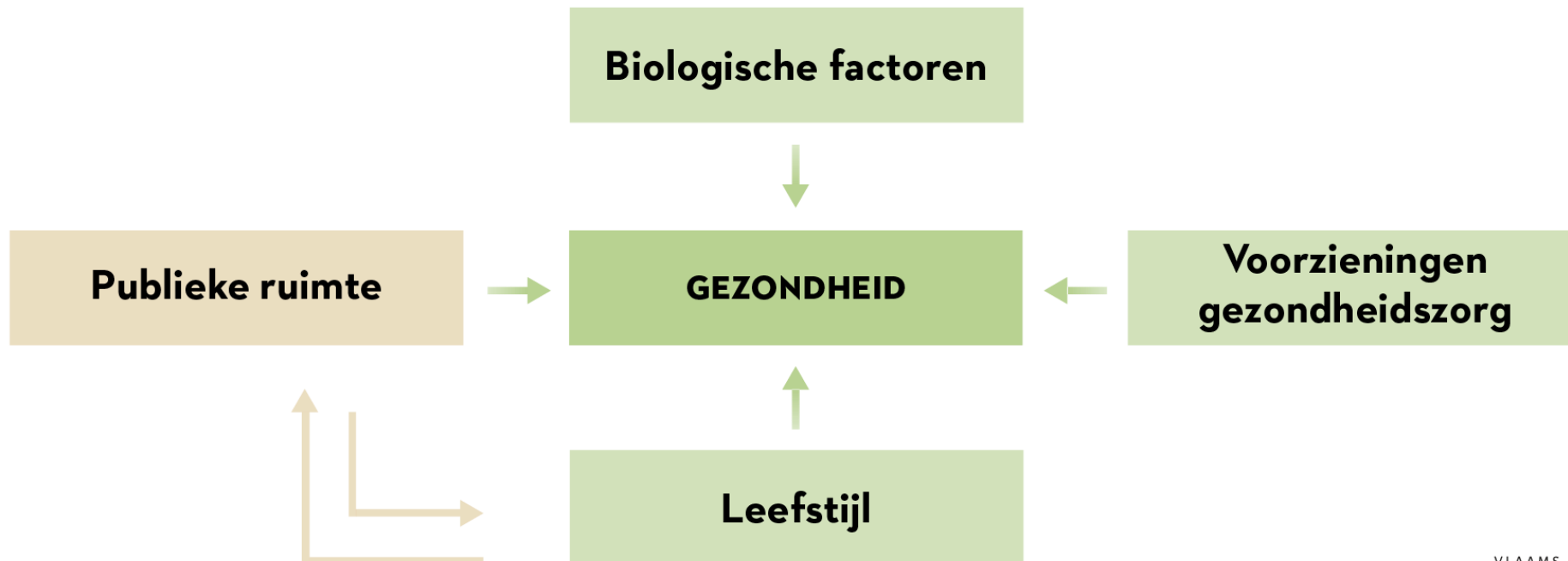


Waarom inzetten op de omgeving?



Publieke ruimte als determinant voor gezondheid en gezond gedrag

MODEL VAN LALONDE aangepast vanuit perspectief publieke ruimte



Publieke ruimte als determinant voor gezondheid en gezond gedrag

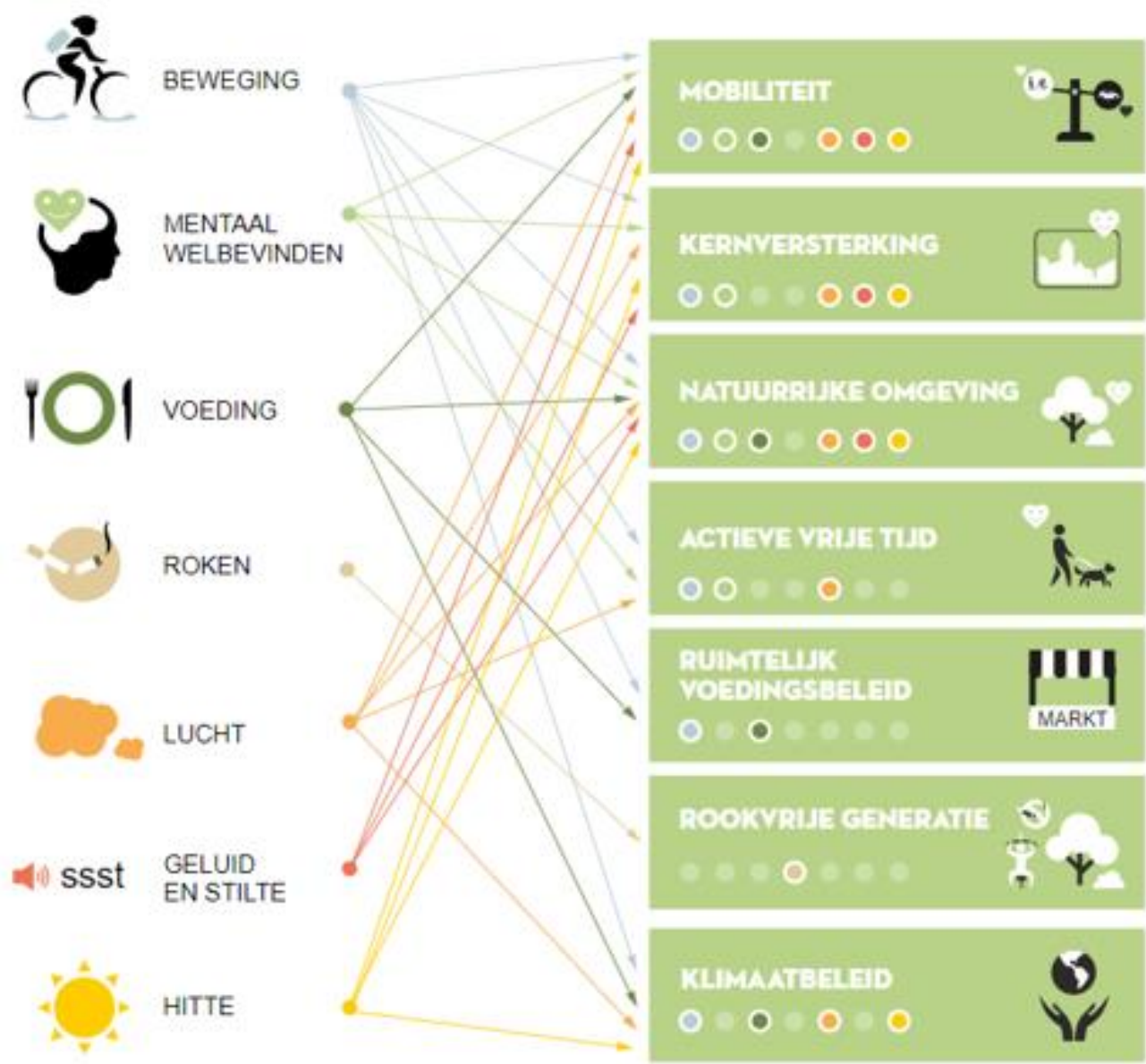
Het is niet rechtvaardig om de verantwoordelijkheid om gezonder te leven enkel bij het individu te leggen. Er zijn nog heel wat andere factoren en actoren die mee bepalen of beïnvloeden welke keuzes we maken, gezond of ongezond.

Het creëren van omgevingen en contexten die het gewenste (gezonde) gedrag faciliteren en dus aanzetten tot gedragsverandering is een belangrijke component.

Gezonde publieke ruimte

Inspiratievoorbeelden





Buurtbanken



Toen we ons huis verbouwden, hoorden we dat de gemeente gratis buurtbanken installeerde. We twijfelden niet en vroegen er eentje aan. Acht jaar later hangt ze er nog steeds.

GEMEENTE ESSEN INSTALLEERT GRATIS BANKEN Buurten doe je het best op een buurtbank

Een praatje staan met buren in de heren, een strand lopen op een bankje of zwaai buurtbank als afspiegelpunt gebruiken: het kan en het moet je niet. In Essen hangen er een driehalve 40 buurtbanken met als doel het buurten tussen buren aan te moedigen.

Met plezier zien de buurtbanken bestaan al sinds 2007. De jongste jaren zijn er nog maar heel weinig aanvragen. In de Essenaar worden gesprekken gevoerd bij deuren van huis. Het is om de bank terug in de kelder te brengen.

Al acht jaar eigenaar van een buurtbank
De familie Van Tilburgt was een van de eerste aanvragers van een buurtbank. Hun bank is de Wingerdenvaart lang en al sinds juli 2007 vooral de eerste jaren werd de bank niet gebruikt.

"Ioen onze kinderen nog klein waren, maakten we van onze straat soms een speelstraat. Viendjes en viendinetjes spraken dan vaak af aan onze bank. Nu vinden wat minder mensen hun weg naar de zitbank, maar iedereen is steeds welkom om er even uit te blazen."

Hoe vraag je een bank aan?
Typ in de zoekbalk op www.essen.be het woord 'buurtbank' en je vindt er al een aanvraagformulier. Via contactform of open huis is aanvraag nog beter, want het is nu de bedoeling dat de bank wordt aan de straatkant weg en maar bij bank door de voorstaande voeging. Nadruk moet het ook haalbaar zijn om te maken en voldoende ruimte zijn om maar via het online aanvraagformulier. Het is de gemeente hout en leringen aan en installatie gratis en voor niets een bank aan jouw adres.

Waarom een buurtbank?
Waarom niet? Met elkaar praten doet het vaak het beste. Facebook, Twitter, mail, sms, telefoon... Maar de gesprekken worden meestal je tijd maakt over een gesprek en alleen met de ogen bij, bij de bank de bank. Het is nog vragen over de buurtbank. De of mail ons. Of nog beter: vraag het ons persoonlijk, kom te kuis.

Meer info?
vrijheid@essen.be - 03 670 01 00

In de openbare ruimte

- Goed bereikbaar voor passerende voetgangers
- Grenst aan de openbare weg

Algemene bevolking

- Senioren

Buurtbanken

Voordelen

- Mobiliteit
 - *Verhoogde leefbaarheid*
 - *Meer plezier actief onderweg*
 - *Wandelcomfort ouderen*
- Inzetten op actieve vrije tijd
 - *Motorische ontwikkeling kinderen*
- Natuurrijke omgeving
 - *Inzetten meer bereikbaar groen*
 - *Luwte oase*
- Rookvrije generatie
 - *Banken en rookvrije plaatsen linken*
- Klimaatbeleid
 - *Inzetten op schaduwmogelijkheden*

Buurtbanken

Nuttige links

- Gesprekskaartjes
- Luistertips + vragenspel
- Sticker: Wat ben ik blij dat jij er bent!
- Gids rond bankenacties

Andere inspirerende voorbeelden

- Essen
- Antwerpen



Geveltuin

In de openbare ruimte

- Wijken
- Straten

Algemene bevolking



Geveltuin



Voordelen

- Kernversterking
 - *Walkability verhogen*
- Natuurlijke omgeving
 - *Meer groen straat*
 - *Toegankelijke natuur*
 - *Luwte oases*
- Actieve vrije tijd
 - *Wandelcomfort*
- Ruimtelijk voedingsbeleid
- Klimaatbeleid
 - *Regenval bufferen*
 - *Opname CO2*
 - *Biodiversiteit verhogen*

Geveltuin

Nuttige links

- [Klimplant VZW](#)
- [Competitie – zoveel mogelijk groen op straat VK Tegelwippen](#)
- [Geveltuinbrigade](#)

Andere inspirerende voorbeelden

- [Tuinstraten](#)
- [Luwte oasen](#)



Parklets



In de openbare ruimte

- Inspireren waarvoor vrijgekomen parkeerplek van auto's kan dienen

Algemene bevolking

- o.a. jonge gezinnen

Parklets

Voordelen

- Kernversterking
 - *Plek voor ontmoeting*
- Actieve vrije tijd
 - *Zit -/ speelplek op wandelafstand*
- Rookvrije generatie
 - *(speel)zone*
- Klimaat
 - *Vergroenende elementen*
 - *Schaduw*



Parklets

Ander inspirerend voorbeeld



Parklets

Nuttige links

- <https://klimplant.be/projecten/parklets/>
- <https://atmosfeermakers.be/mobiele-parklet/>
- <https://www.bruzz.be/milieu/stad-experimenteert-met-parklets-2020-11-10>



Volkstuin & sociale moestuin



In de openbare ruimte

- Gezonde voeding dicht bij de mensen en mensen dicht bij elkaar brengen

Algemene bevolking

- Kwetsbare doelgroepen



Volkstuin & sociale moestuin

Voordelen

- Mobiliteit
 - *Meer actieve verplaatsing*
- Kernversterking
 - *Vergoot sociale cohesie*
 - *integratie*
- Natuurlijke omgeving
 - *verminderd stress*
 - *luchtkwaliteit*
- Actieve vrije tijd
 - *Ontspanning*
- Ruimtelijk voedselbeleid
 - *Verhoogde toegang tot gezonde en verse voeding*
 - *Duurzame en solidaire landbouw*

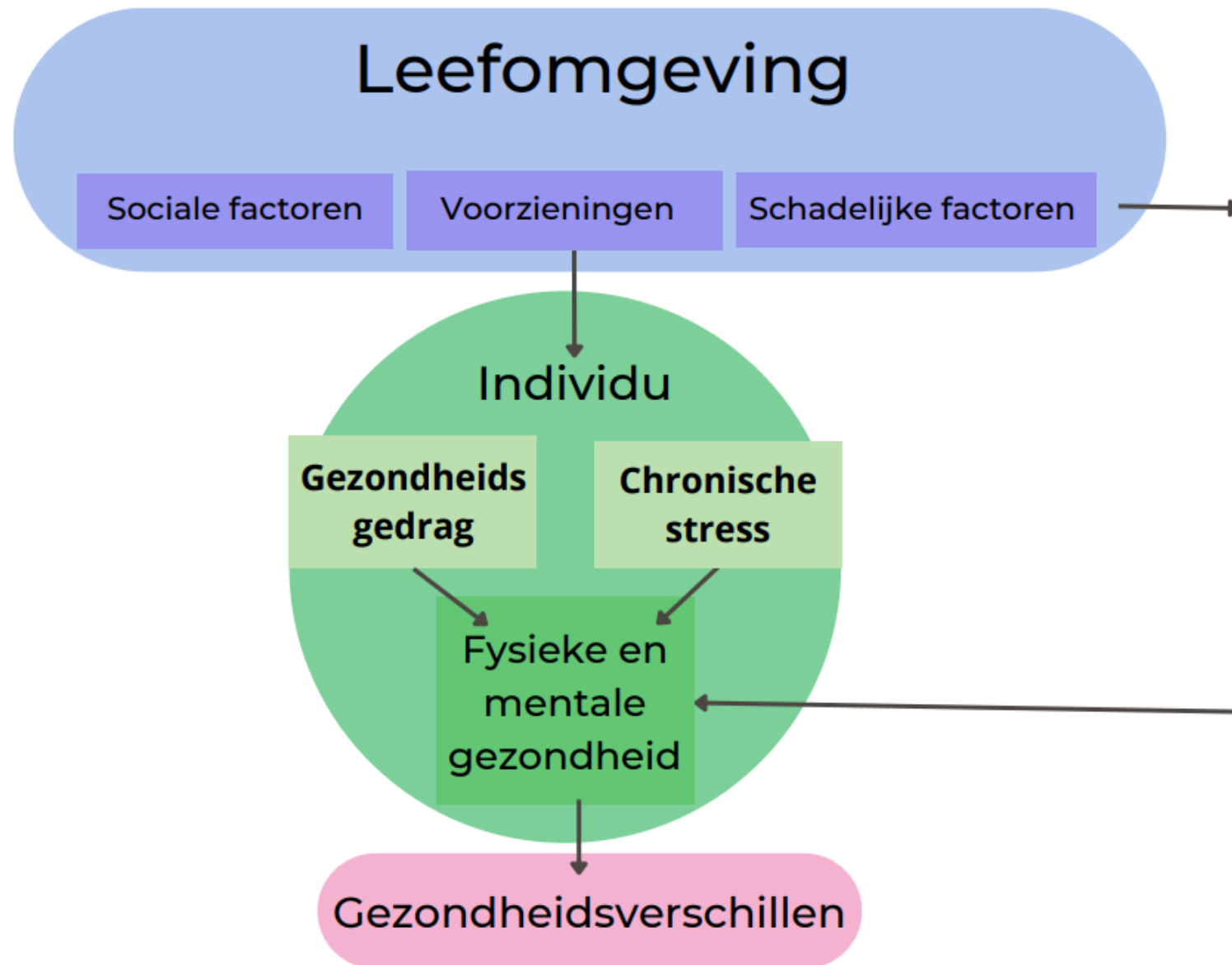
Volkstuin & sociale moestuin

Inspiratievoorbeelden

- Spilkiekes
- Leefmilieu.brussels
- Rabotsite
- Samentuinen.Velt
- Buurtcentrum Posthof - moestuinen
- Warme-tuin-Zevenberg



Invloed van leefomgeving op gezondheidsverschillen



Hoe pak ik dit aan?



- Bepaal doelgroep en wijk
- Bepaal omgevingsfactor om op in te zetten



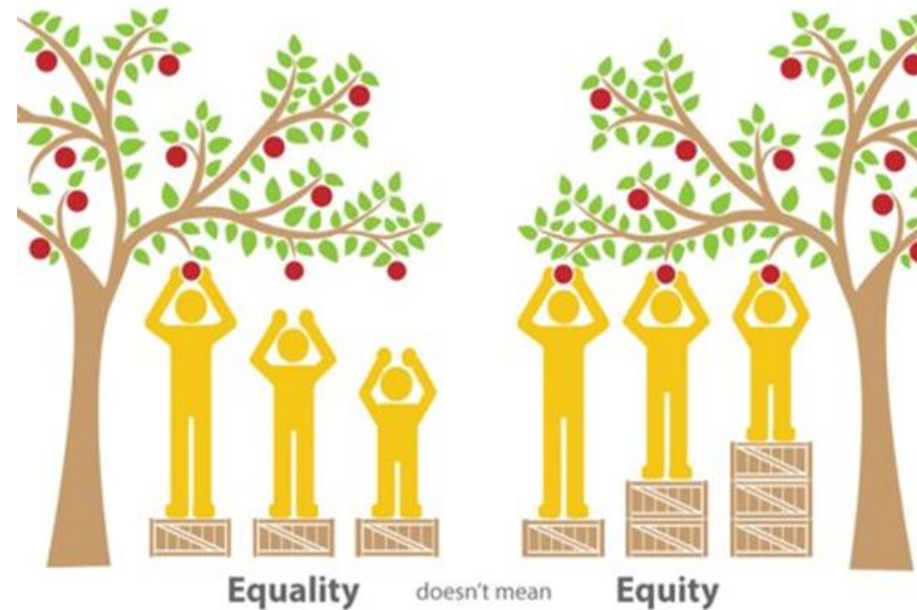
- Creëer draagvlak en eigenaarschap
 - Burgerparticipatie (via organisaties)
 - Houd rekening met drempels a.d.h.v. 8 B's
- Universele aanpak vs. Aanpak op maat



- Voer actie uit
- Houd de actie levend
- Voorzie onderhoud
- Evalueer en stuur bij

Nuttige links

- Gezondheidsongelijkheid
- Proportioneel Universalisme
- 8 B's voor laagdrempeligheid
- Leefomgeving en gezondheidsverschillen - Pharos



Verkiezingen 2024



Pauze



Parallelsessies



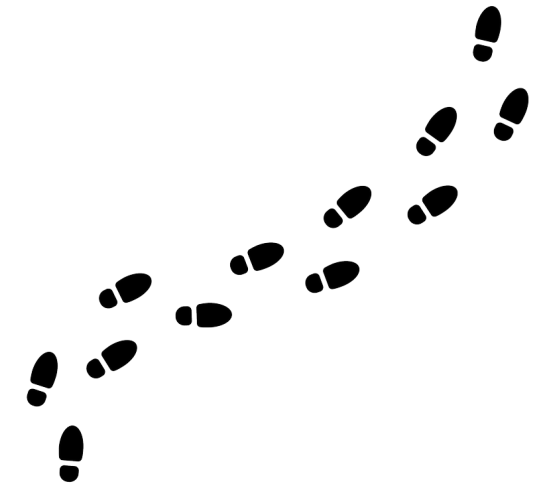
Parallelsessies

Sessie 1

- Fietsstraten
- Speelweefsel en verbindingsweefsel
- Zorg – samen – straten

Sessie 2

- Tuinstraten
- Trage wegen
- Voetgangerscirkel



Vragen ?



looo

ANT

GEZONDHEID
TROEF

