



► Spoorwijk kent veel versteende plekken die zich lenen voor vergroening.

Groene, gezonde wijken

Kijken hoe het beter kan

Een groene omgeving is een belangrijke sleutel tot een gezonde bevolking. Alle reden dus om te kijken in wijken hoe het groen eruit ziet en hoe het beter kan. En ook andere opgaven, zoals klimaatadaptatie, daarbij mee te nemen. Want zonder integraal denken en werken lukt het niet.



De druk op steden neemt toe, steeds meer mensen trekken naar de stad. Daardoor wordt er volop gebouwd en dat gaat vrijwel altijd ten koste van 'groen'; bos, natuur, weiland of gewoon een braakliggend terrein met bloemen en planten moeten wijken voor woningen, distributiecentra of infrastructuur. Maar dat groen in de stad is erg belangrijk voor onze gezondheid en ons welzijn, zo blijkt uit onderzoek.¹ Groen vermindert stress, stimuleert de sociale cohesie en nodigt uit actief te zijn. Voor de leefbaarheid en de gezondheid van de stedelingen is het dus belangrijk dat de stad voldoende groen is, dat dat groen dichtbij is en van goede kwaliteit.

Hoe ziet een groene, gezonde wijk eruit?

Maar wat betekent dat voor bestaande wijken? Hoe ziet een groene, gezonde wijk er dan uit? Dat is de centrale onderzoeksvraag van het lectoraat Groene en Vitale Stad van Aeres Hogeschool. Samen met studenten van deze en de andere hogescholen Van Hall Larenstein in Velp en InHolland in Delft, leerlingen van het Wellant College in Amsterdam en het Cluisius College Alkmaar, de groene ingenieurs van BTL Advies Woerden en Staatsbosbeheer en mede gefinancierd door het Kenniscentrum Natuur en Leefomgeving (KCNL), werd onderzoek uitgevoerd in twee bestaande wijken, namelijk Spoorwijk, Den Haag, en Meerzicht, Zoetermeer. We keken daarbij niet alleen naar de gezondheid; steden staan immers ook voor andere grote opgaven waar de groene omgeving aan moet bijdragen; ze moeten hittestress en wateroverlast verminderen en een bijdrage leveren aan de biodiversiteit. Met dit onderzoek ontwikkelen we kennis over hoe we het groen in een wijk wat de gezondheid en het welzijn betreft kunnen verbeteren en daarnaast ook nog een bijdrage kunnen leveren aan klimaat-



▷ Groene strook in Spoorwijk, Den Haag.

adaptatie en biodiversiteit. Wat hebben we sinds de start in september 2018 geleerd?

De ene wijk is de andere niet, maar er zijn ook parallellen. Meerzicht is een groene wijk en de inwoners ervaren dat ook zo. Maar het groen wordt weinig gebruikt, bewoners komen er niet of amper. In Spoorwijk, waar veel minder groen is, deden we hier expliciet onderzoek naar: in ruim 75 procent van de tijd dat we de groene plekken (parkjes, speelterreinen, grasvelden) systematisch bezochten, was er niemand aanwezig. In beide wijken gaven bewoners ook aan dat de sociale binding ontbreekt en eenzaamheid op de loer ligt. Is er wat sociaal welbevinden betreft een uitdaging, op het gebied van fysieke activiteit geldt dat ook voor beide wijken. Wat overgewicht en het niet-halen van de beweegrichtlijn betreft scoren beide wijken onder het landelijke gemiddelde. Kortom, daar liggen kansen als we de groene leefomgeving een impuls geven. Maar hoe ziet dat er dan uit?

Aantrekkelijk groen

Studenten vroegen in diverse projecten eerst aan de inwoners zelf wat ze aantrekkelijk groen vonden. Immers, het is niet vreemd te veronderstellen dat als het groen in je omgeving aantrekkelijk is, de kans dat je er naar toe gaat groter is. Mensen gaven aan dat half open groene plekken aantrekkelijk zijn, met mooie zichtlijnen. Dit blijken ook de karakteristieken van groene ruimtes te zijn die een positief effect hebben op ons brein.² Ook diversiteit wordt genoemd; een variatie aan beplanting en verschil in dichtheid en hoogte worden hoger gewaardeerd. En zoals uit het promotieonderzoek van Robert van Dongen van Eindhoven University of Technology vorig jaar ook bleek: het zijn vooral de bomen die mensen waarderen. Bomen maken of breken de groene ruimte.³

Als we alle studies in dit project overzien, wordt duidelijk dat we voor beide wijken tot verschillende conclusies komen. In Spoorwijk is de uitdaging op zoveel moge-

lijk manieren de buurt te 'ontstenen'. Dit sluit ook aan bij een RIVM-studie die gedaan is in Amsterdam⁴; het vergroenen van buurten levert een relatief grotere bijdrage aan de gezondheid dan bijvoorbeeld mooie stedelijke parken. Spoorwijk kent veel stenen pleintjes, stoepen en stroken die vergroend kunnen worden (ook met bomen!) en als daarbij ook gevels worden meegenomen en geveltuintjes gestimuleerd, maakt dit de hele wijk aantrekkelijker. Als dit gezamenlijk met de wijkbewoners wordt opgepakt en leidt tot buurt(moes)tuintjes, wordt de saamhorigheid nog extra gestimuleerd. In Meerzicht - daar ligt een parallel met een andere uitkomst van dat RIVM-rapport, namelijk de potentie van groene netwerken - is de opgave de bewoners meer met de bestaande groene ruimtes, zoals het Westerpark en het Balijbos, te verbinden en deze uitdagender te maken. Dat vergt niet alleen creativiteit wat betreft het groen, maar ook wat betreft wandel- en fietsinfrastructuur.

Andere opbrengsten

En wat betekent dat voor de klimaatopgave en de biodiversiteit? Studenten van InHolland ontwikkelden in het kader van dit project een "Toolbox vergroening van stedelijk gebied" die daar inzicht in geeft. Vrijwel elke steen die verwijderd wordt en vervangen door groen, verhoogt het waterbergend vermogen van de wijk. En elke 10 procent minder stenen in een stedelijk hitte-eiland leidt tot een temperatuurdaling van 0,6 graad Celsius.⁵ En meer en grotere bomen verlagen de kans op hittestress. De bijdrage aan biodiversiteit hangt erg af van de groene inrichting. Hoe diverser het groen, eventueel gecombineerd met water (poelen, vijvers, wadi's), hoe aantrekkelijker voor planten, insecten, vogels en zoogdieren. De Toolbox maakt de waarde van tal van vergroeningsopties voor de verschillende doelen (gezondheid,

welzijn, biodiversiteit en klimaat) op overzichtelijke wijze duidelijk.

Het project leverde nog meer op. Alle betrokkenen gaven aan dat vooral het lerend netwerk van het project van grote waarde was. Enkelen gaven aan dat deze 'bijvangst' haast nog groter is dan de projectresultaten zoals hiervoor aangegeven. Gaandeweg het project ontstonden daarbinnen, maar ook erbuiten, nieuwe verbindingen; tussen gemeenten, tussen scholen (mbo-leerlingen werkten praktisch uit wat hbo-studenten hadden bedacht), tussen gemeenten, scholen en bedrijfsleven (BTL) of Staatsbosbeheer, etc. Zo werd van elkaar geleerd, samen opgetrokken, ontstonden concrete uitvoeringsideeën over grote stedelijke opgaven. En binnen gemeenten bracht het project mensen samen die elkaar niet of amper kenden, bijvoorbeeld ambtenaren van de groene openbare ruimte en die van het sociaal domein.

Wil je als stad - met het groen - een diversiteit aan stedelijke opgaven realiseren, vergt dat een integrale benadering. Dan moet er stevig 'ontschot' worden in het gemeentehuis en dat gebeurde ook in dit project. Hoe vaak hoor je niet dat een duurzame samen-

leving ook nieuwe verbindingen noodzakelijk maakt tussen verschillende actoren, dat verschillende expertises moeten worden geïntegreerd? En dat je daarvoor vooral ook buiten de muren van de eigen afdeling, de eigen hogeschool, instelling of gemeente moet gaan opereren? Dit KCNL-project Groene en Gezonde Wijk bleek een ideale praktijkcasus voor die sociale innovatie. Die ervaringen overstegen bijna het inhoudelijke doel. ✨

Noten

1. Zie onder meer: www.wur.nl/nl/show-longread/Groen-goed-voor-de-gezondheid.htm.
2. Zie www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272494416300883.
3. Zie bijvoorbeeld Robert P. Van Dongen & Harry J.P. Timmermans; Preference for different urban greenscape designs: A choice experiment using virtual environments. In: Urban Forestry & Urban Greening, Volume 44, August 2019, 126435, Elsevier, 2019.
4. Zoek op internet op 'Amsterdam's Green Infrastructure : Valuing Nature's Contributions to People' om de studie te raadplegen.
5. Bron: www.nudge.nl/projects/haal-de-tegels-uit-je-tuin.

▷ Groene plek in Meerzicht, Zoetermeer. Verbinden met grote groenstructuren in de omgeving zou de potentie van dergelijke plekken aanzienlijk vergroten.

