

# Gebouwen

(woningen, scholen, etc.)

- Het binnenklimaat is prettig en gezond 2
- Minimaal één zijde (gevel) van een woning is aangenaam 7
- Er zijn voldoende betaalbare levensloopgeschikte woningen 10

Bijlage bij  
**Kernwaarden voor een Gezonde Leefomgeving**

Versie 2, februari 2018  
Levend document

check voor de laatste versie [www.ggdghorkennisnet.nl](http://www.ggdghorkennisnet.nl)

## Het binnenklimaat is prettig en gezond

Mensen zijn veel in gebouwen en circa 70% van de tijd in hun eigen woning. Daarom is het voor iedereen belangrijk dat het binnenklimaat prettig en gezond is. Hetzelfde geldt voor gebouwen zoals scholen, kinderdagverblijven, verpleeg- en verzorgingshuizen. Door zorg te dragen voor een prettige temperatuur en luchtvochtigheid, voldoende rust in het gebouw en een goede binnenlucht kwaliteit, kunnen gezondheidsklachten die samenhangen met het gebouw worden voorkomen. Het gaat om klachten als vermoeidheid, hoofdpijn, sufheid en slaperigheid. Ook irritatie van ogen, neus en keel treedt op. Systemen voor ventilatie, verwarming en zonwering moeten eenvoudig te bedienen en onderhouden zijn. Schadelijke stoffen zoals koolmonoxide en asbest horen niet in een gezond gebouw. In een prettig gebouw kan men zich bovendien ontspannen en tot rust komen. Daarbij helpt een aangename zijde.

## Zorg voor voldoende en prettige ventilatie in woningen

*In veel gebouwen is de binnenlucht vuiler dan de buitenlucht. Daarom is een goede luchtverversing nodig. Door energiezuinig bouwen neemt de luchtdichtheid van woningen toe. Daardoor worden ventilatievoorzieningen en ventilatiegedrag steeds belangrijker voor de kwaliteit van het binnenmilieu. Gebrekkige ventilatie kan komen door het ontbreken van geschikte voorzieningen of door het onjuist gebruik ervan door bewoners (bron: GGD Haaglanden binnenmilieu en gezondheid). Gemeenten mogen hogere (kwaliteits)ambities stellen dan het Bouwbesluit (BBL), als deze samen met eigenaren (o.a. woningcorporaties) en/of ontwikkelaars worden ingevuld. Strengere eisen afdwingen kan niet.*

	Bied permanent bruikbare, goed regelbare, eenvoudig te bedienen en inbraakveilige ventilatievoorzieningen in iedere verblijfsruimte van een woning met een minimale basisventilatie van 0,5 dm <sup>3</sup> /sec/m <sup>2</sup> .	Woonkeur, GGD richtlijn ventilatie woningen
	Zorg ervoor dat in iedere woning ramen open kunnen (om te luchten).	Woonkeur, GGD richtlijn ventilatie woningen
	Kies voor mechanische ventilatie die weinig geluid produceert, ook in de hoogste stand.	GGD richtlijn ventilatie woningen
	Zorg dat de toevoer van verse lucht altijd volledig rechtstreeks van buiten plaatsvindt, i.p.v. tot 50% via andere gebruiksruimte zoals in het Bouwbesluit wordt genoemd.	GGD richtlijn ventilatie woningen
	Pas voor alle ruimtes (inclusief bijvoorbeeld de zolder) de woningeisen toe. Maak geen gebruik van de 'onbenoemde-ruimte'-regel.	GGD richtlijn ventilatie woningen

## Zorg voor voldoende en prettige ventilatie in scholen en andere gebouwen

*Ook in schoolgebouwen en andere openbare gebouwen is het van belang om voldoende en prettige ventilatie te hebben. Voor schoolgebouwen is er de Gezonde School aanpak om structureel aan gezondheid te werken. Deze aanpak draait o.a. om educatie en de fysieke en sociale omgeving. Een gezonde school hangt samen met betere schoolprestaties (bron: [www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl)).*

	Bied mogelijkheden voor een permanente luchtverversing, ook in de wintermaanden. Dit betekent dat roosters en/of ramen open zijn, liefst in meerdere gevels.	Checklist binnenmilieu gezonde school
	Zorg in elke ruimte of lokaal voor goed regelbare en gemakkelijk te bedienen ventilatievoorzieningen.	Checklist binnenmilieu gezonde school
	Maak roosters en filters regelmatig schoon en sluit onderhoudscontracten af voor het ventilatiesysteem.	Checklist binnenmilieu gezonde school
	Gebruik emissie-arme materialen (met zo weinig mogelijk	Checklist

	oplosmiddelen).	binnenmilieu gezonde school
	Zorg voor een goede afzuiging bij verontreinigende apparatuur (bijvoorbeeld printers en kopieerapparaten).	Checklist binnenmilieu gezonde school
<p><b>Houd afstand van snelweg en drukke straat</b>  <i>Gezondheidsrisico's van omwonenden nemen toe naarmate de afstand tot de weg kleiner is, ook wanneer de luchtkwaliteit daar aan de Europese grenswaarden voldoet. Woningen en voorzieningen waar kinderen, ouderen of mensen met een zwakke gezondheid langdurig verblijven moeten daarom op ruime afstand van drukke wegen worden gerealiseerd (bron: GGD richtlijn luchtkwaliteit en gezondheid).</i></p>		
	Zie voor maatregelen: Kernwaarde "Wonen en druk verkeer zijn gescheiden".	
<p><b>Voorkom teveel opwarming van gebouwen in de zomer</b>  <i>De binnentemperatuur van een gebouw wordt beïnvloed door aspecten van het gebouw (isolatie, zonwering, ligging t.o.v. de zon, aantal ramen) en door het gedrag van gebruikers (openen/sluiten ramen, gebruik zonwering). Gezondheidseffecten van warm weer lopen uiteen van klachten als vermoeidheid en hoofdpijn tot ernstige ademhalingsproblemen en hartfalen. Dit kan leiden tot ziekenhuisopname en sterfte. Vooral ouderen en mensen met een chronische aandoening lopen een verhoogd risico op gezondheidseffecten door warm weer (bron: GGD richtlijn zomerse omstandigheden).</i></p>		
	Zorg voor voldoende en goed bruikbare voorzieningen voor zonwering.	GGD richtlijn ventilatie woningen
	Zorg voor voldoende inbraakveilige voorzieningen voor zomernachtventilatie.	GGD richtlijn ventilatie woningen
	Leg schaduwgevend groen aan, zowel op de grond als op daken en tegen gevels, om de temperatuur in de woning te verlagen. Dit draagt ook bij aan een klimaatbestendige buurt.	Factsheet hitte Academische Werkplaats Milieu en Gezondheid, Gezond Ontwerp Wijzer
	Zorg dat balansventilatiesystemen tenminste beschikken over een bypass om bij oplopende temperaturen de warmtewisselaar te vermijden.	GGD richtlijn ventilatie woningen
<p><b>Zorg dat gebouwen mooi en comfortabel zijn</b>  <i>Een gelijkmatige en constante verwarming in een gebouw is belangrijk voor het comfort. Bovendien helpt een gelijkmatige verwarming, met goede ventilatie, ook om een hoge relatieve luchtvochtigheid en condensatie binnen tegen te gaan. Daardoor krijgen schimmels minder kans (bron: GGD richtlijn winterse omstandigheden). Door een gebouw mooi, prettig en comfortabel vorm te geven, met en voor de mensen, draagt het bij aan sociaal maatschappelijk participeren, kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving.</i></p>		
	Zorg dat iedere verblijfsruimte in de woning verwarming heeft die per ruimte te regelen is met een eenvoudig te bedienen thermostaat.	GGD richtlijn winterse omstandigheden
	Voorkom emissie van rookgassen in de woning: geen gaskachel, open CV, geiser, houtkachel of open haard. Stadsverwarming of een gesloten CV-systeem (met toevoer van buitenlucht) hebben de voorkeur.	GGD richtlijn lucht
	Voorkom tocht in huis door naden en kieren dicht te maken met tochtstrips of ander materiaal.	
	Natuurlijke elementen in en om woningen kunnen helpen om een	

	aantrekkelijke, onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn.	
	Kunst, cultuur of historische gebouwen dragen bij dat mensen een plek positief ervaren en zich verbonden voelen met de plek.	
<b>Voorkom overbewoning</b> <i>Als er veel mensen in een te kleine woning wonen, kunnen schimmel- en vochtproblemen ontstaan. De ventilatie is dan niet voldoende om de hoeveelheid vocht die vrijkomt bij bijvoorbeeld koken en douchen van alle bewoners af te voeren. Dit kan leiden tot nadelige gezondheidseffecten, zoals het ontstaan en verergering van astma, luchtwegklachten en luchtweginfecties. Dit geldt zowel voor mensen met als zonder allergie. Ook is bij overbewoning meer kans op geluidsoverlast van burens.</i>		
	Handhaaf het algemeen geldende voorschrift van minimaal 12m <sup>2</sup> per persoon (Artikel 7.18 Bouwbesluit).	
	Maak beleid en voorzie in voldoende voorzieningen om handhaving van overbewoning mogelijk te maken.	
<b>Beperk emissies van stoffen in een gebouw</b> <i>In de binnenlucht van woningen kunnen stoffen voorkomen die afkomstig zijn van bouw- en woninginrichtingsmaterialen en installaties. Hierbij kan worden gedacht aan bijvoorbeeld roken, vluchtige stoffen uit vloer- en wandbekleding, asbest in bouw materiaal, koolmonoxide uit Cv-installaties en radon uit baksteen en beton. Blootstelling van de mens aan deze stoffen kan leiden tot diverse gezondheidseffecten, waaronder geurhinder en irritatie van ogen en luchtwegen.</i>		
	Pas bouw- en afwerkingsmaterialen toe met een lage emissie van stoffen.	NPR-CR-1752, GGD richtlijn duurzaam wonen
	Voorkom emissie van rookgassen in de woning: geen gaskachel, open CV, geiser, houtkachel of open haard. Stadsverwarming of een gesloten CV-systeem en elektrisch koken hebben de voorkeur.	GGD richtlijn lucht
	Inventariseer woningen en gebouwen ouder dan 1993 op de aanwezigheid van asbest. Saneer toepassingen die een risico vormen voor de gezondheid (bijvoorbeeld board met niet-hechtgebonden asbest). Stel voor andere toepassingen een asbestbeheersplan op. Informeer bewoners en andere betrokkenen hierover.	GGD richtlijn asbest in woningen
	Voorkom het vrijkomen van koolmonoxide uit CV-installaties en andere gasgestookte toestellen. Zorg voor goede koolmonoxide-melders.	GGD richtlijn koolmonoxide
	Verwijder kwikhoudende producten, zoals thermometers, barometers en bloeddrukmeters, uit gebouwen.	GGD richtlijn kwik
	Voorkom doordringen van stoffen uit activiteiten in aangrenzende panden, bijvoorbeeld via luchtaanvoer of via scheidingsconstructies.	
<b>Zorg voor rust in de woning, voorkom geluidsoverlast van burens</b> <i>Stilte is vooral belangrijk om te 'ontstressen'. Stil betekent niet dat er geen geluid is, maar wel dat er prettige en/of aangename geluiden hoorbaar zijn. Mensen vinden natuurlijke geluiden meestal het prettigst. Muziekinstallaties, tv, lopen, deuren, sanitair, huisdieren en huishoudelijke apparaten kunnen allemaal bronnen van geluidsoverlast van burens zijn. Soms zijn fysieke maatregelen mogelijk, in andere gevallen moeten afspraken gemaakt worden met burens om hinder en overlast te beperken en voorkomen.</i>		
	Houd bij de indeling van een pand rekening met de gebruiksfuncties van burens, maak bijvoorbeeld woonkamer en gang naburig in plaats van gespiegelde rijtjeswoningen.	GGD richtlijn geluid io
	Zorg bij appartementengebouwen voor een goede ontkoppeling van de leidingschachten en van liftinstallaties en zorg voor goede geluidisolatie tussen woningen.	

	Ga bij burenoverlast in een vroeg stadium in gesprek met elkaar en schakel eventueel buurtbemiddeling in.	Juridisch loket, CCV – buurtbemiddeling
<p><b>Minimaal één zijde (gevel van een woning is aangenaam)</b>  <i>In dorpen en steden biedt de straat (met daarop aanwezig verkeer en aan de straat gelegen bedrijvigheid) naast positieve effecten ook vaak onrust, lawaai en luchtverontreiniging. Minimaal één zijde die rustig is, waar geen geur of geluid van bijv. horeca overheerst en met een prettig (zo mogelijk groen en natuurlijk) uitzicht en/of buitenruimte vergroot het wooncomfort. Minder luchtverontreiniging en lawaai beperkt het risico op hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Rust en een natuurlijke omgeving bieden betere mogelijkheden om te ontspannen en te herstellen. Een natuurlijke omgeving maakt bovendien klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), wateroverlast te voorkomen en is goed voor de biodiversiteit.</i></p>		
	Zie voor meer maatregelen: Kernwaarde “Minimaal één zijde van een woning (gevel) is aangenaam”.	
<p><b>Stimuleer het prettig en gezond wonen en verblijven in gebouwen</b>  <i>Bewoners en gebruikers hebben zelf invloed op de kwaliteit van de binnenlucht, bijvoorbeeld door goed te ventileren en niet te roken. Ook goede schoonmaak helpt daarbij. Stimuleer bewoners en gebruikers in het juist gebruiken en onderhouden van de ventilatiesystemen. Dit vraagt soms om gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma’s en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.</i></p>		
	Voer als school een lesaanbod en activiteiten uit voor het onderwerp ‘frisse klas’. Voorbeelden van activiteiten zijn te vinden op <a href="https://www.gezondeschool.nl/primair-onderwijs/gezondheidsthemas-en-criteria-vignet/milieu-en-natuur">https://www.gezondeschool.nl/primair-onderwijs/gezondheidsthemas-en-criteria-vignet/milieu-en-natuur</a> .	
	Stimuleer een schone en frisse school. Organiseer bijvoorbeeld een S.O.P-dag.	Schoon onderwijs project
	Maak bewoners bewust van de eigen rol in het voorkomen van woonoverlast. Bijvoorbeeld door de campagne: Goede burens, betere buurten.	CCV – campagne goede burens
<p><b>Gemeentelijke gebouwen zijn prettig en gezond</b>  <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het bieden van een prettig en gezond gebouw. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i></p>		
	Draag zorg voor prettige en gezonde gemeentelijke gebouwen en voorzieningen inclusief onder andere een prettige temperatuur en luchtvochtigheid en de aanwezigheid van natuurlijke elementen, kunst en cultuur.	
	Bied geen rookfaciliteiten aan in en om het eigen gebouw.	
	Spreek met rokende medewerkers een rookvrije zone af rondom het eigen gebouw.	
	Bied medewerkers een gratis stoppen met roken cursus.	
<p><b>Participeer: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en evaluatie</b>  <i>Infrastructuur en voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn</i></p>		

*verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.*

	Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.	Pharos
	Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente
	Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente

### Minimaal één zijde (gevel) van een woning is aangenaam

In dorpen en steden biedt de straat (met daarop aanwezig verkeer en aan de straat gelegen bedrijvigheid) naast positieve effecten ook vaak onrust, lawaai en luchtverontreiniging. Minimaal één zijde die rustig is, waar geen geur of geluid van bijvoorbeeld horeca overheerst en met een prettig (zo mogelijk natuurlijk) uitzicht en/of buitenruimte vergroot het wooncomfort. Minder luchtverontreiniging en lawaai beperkt het risico op hinder, hart- en vaatziekten, luchtwegaandoeningen en longkanker. Rust en een natuurlijke omgeving bieden betere mogelijkheden om te ontspannen en te herstellen. Een natuurlijke omgeving maakt bovendien klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), wateroverlast te voorkomen en is goed voor de biodiversiteit.

### Bevorder participatie: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en evaluatie

*Een aangename zijde van een woning biedt mensen gelegenheid te ontspannen en herstellen. Wat aangenaam is, is afhankelijk van de gebruikers en van de verdere omgeving. Een plek wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van een plek of van beleid. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (bron: inspiratiegids participatie). Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.*

	Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.	Pharos
	Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente
	Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente

### Zorg voor een 'stille' aangename zijde

*Stilte is vooral belangrijk om te 'ontstressen'. Stil betekent niet dat er geen geluid is, maar wel dat er prettige en/of neutrale geluiden hoorbaar zijn. Mensen vinden natuurlijke geluiden meestal het prettigst.*

	Voldoe aan de voorkeursgrenswaarde voor geluidsniveaus van verkeer (weg/rail), industrie en bedrijven.	Richtlijn geluid io
	Pas stille-zijde beleid toe op geluidbelaste locaties.	Richtlijn geluid io, RIVM stille zijde
	Laat geen bedrijfsmatige buitenvoorzieningen (bijvoorbeeld horeca) toe aan de aangename zijde.	
	Aan een aangename zijde is geen (of heel stille) apparatuur voor	Richtlijn geluid io

	koeling, ventilatie of luchtbehandeling.	
	Voeg natuurlijke elementen (zoals groen en water) toe ten behoeve van soundscaping (gebruik van gewenst geluid en demping van ongewenst geluid).	GGD A'dam – stille plekken
	Maak afspraken met aanwonenden over gebruik van buitenruimte aan de aangename zijde in verband met geluidshinder.	
<b>Zorg voor een goede luchtkwaliteit aan de aangename zijde</b> <i>Een goede luchtkwaliteit betekent geen schadelijke luchtverontreiniging, maar ook geen hinderlijke geuren. De woning kan gezond (schoon en zonder geurhinder) worden gelucht en geventileerd en de buitenruimte kan gezond gebruikt worden.</i>		
	Rookgasafvoervoorzieningen komen niet uit aan de aangename zijde, maar aan de andere zijde of boven de daklijn.	
	Bedrijfsmatige ventilatieafvoeren (incl. afzuiging bij koken) komen niet uit aan de aangename zijde, maar aan de andere zijde of boven de daklijn.	
	Aan de aangename zijde is geen gemotoriseerd verkeer.	GGD richtlijn lucht
	Luchttoevoervoorzieningen (ventilatioeroosters, aanzuiging van balansventilatie) zuigen aan de aangename zijde lucht aan.	GGD richtlijn lucht
	Maak afspraken met aanwonenden over gebruik van buitenruimte aan de aangename zijde ivm overlast door roken, barbecue, tuinhard, etc.	
<b>Zorg dat de aangename zijde natuurlijk is</b> <i>Een natuurlijke omgeving kan een positieve invloed hebben op de gezondheid omdat het ontspanning en rust biedt (helpt bij herstel van stress, aandachtsmoeheid en depressie). Het maakt tevens klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress) en wateroverlast voorkomen.</i>		
	Stimuleer bewoners groene tuinen aan te leggen. Groene daken en gevels dragen bij aan een natuurlijk uitzicht. Groene daken kunnen op een huis aangelegd worden maar ook op een schuur, een carport of fietsenstalling. Zie <a href="http://www.operatiesteenbreek.nl">www.operatiesteenbreek.nl</a>	
	Beperk bebouwing (opslag, schuurtjes, tuinhuisjes, etc.) op privé-grond aan de aangename zijde.	
	Kies een goede mix van groen, in elk seizoen, ook ten behoeve van biodiversiteit. Een omgeving die ook aantrekkelijk is voor vogels, kan bijdragen aan een prettige soundscape.	Gezond ontwerp wijzer, Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer, Inspiratiegids groene gezonde wijk, Handboek speelnatuur
	Kies planten- en bomensoorten waar weinig mensen allergisch voor zijn en die weinig overlast geven. Let ook op het voorkomen van teken. Teken zitten vooral in hoog gras of tussen dode bladeren, het liefst bij bomen en struiken.	Gezond ontwerp wijzer, GGD Haaglanden – groen
	Leg (buurt)moestuinen aan op daarvoor geschikte grond (let vooral op lood).	Gezond ontwerp wijzer, Inspiratiegids groene gezonde wijk, GGD advies lood, GGD advies lood - toelichting



<b>Maak de aangename zijde mooi en comfortabel</b> <i>Door een plek mooi, prettig en comfortabel in te richten draagt het bij aan kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving. Natuurlijke elementen kunnen helpen om een aantrekkelijke onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn.</i>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde “Voor iedereen zijn er dichtbij en toegankelijk aantrekkelijke plekken”.	
<b>Stimuleer goed gebruik en inrichting van de aangename zijde</b> <i>Bewoners en gebruikers hebben veel invloed op het aangenaam zijn en houden van de aangename zijde. Maak afspraken over rust, geur of geluid en stimuleer de aanleg van natuurlijke elementen in de buitenruimte..</i>		
	Stimuleer het aanleggen van natuurlijke elementen aan de aangename zijde, bijvoorbeeld door een subsidieprogramma voor groene daken.	Milieucentraal – groen dak
	Maak afspraken met buurtbewoners over het gebruik van en activiteiten aan de aangename zijde. Bijvoorbeeld via de Vereniging van Eigenaren.	
<b>Geef het goede voorbeeld</b> <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het aanbieden van een aangename zijde. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i>		
	Bied een kantine of rustruimte met een aangename zijde.	
	Bied anderen een aangename zijde. Houd rekening met de burens rond gemeentelijke gebouwen.	

## Er zijn voldoende betaalbare levensloopgeschikte woningen

De vergrijzing en de wens om langer thuis te blijven wonen hebben gevolgen voor de woningvoorraad en inrichting van buurten. Zo verdubbelt het aantal ouderen (65 jaar en ouder) tot 2040. Dit betekent overal toenemende behoefte aan geschikte woningen voor ouderen. Een levensloopgeschikte woning is een zelfstandige woning die geschikt is (te maken) voor bewoning in alle levensfasen, met minimale fysieke inspanning en minimale kans op ongevallen. Op die manier kunnen ouderen of mensen met een lichamelijke beperking prettig en comfortabel wonen. Men hoeft niet noodgedwongen bestaande sociale contacten te verbreken en de vertrouwde sociale omgeving te verlaten. Door de directe woonomgeving goed in te richten worden ouderen of mensen met een beperking ondersteund om gezond te leven, sociale contacten op te doen en langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Het gaat dan bijvoorbeeld om veilige en aantrekkelijke wandelroutes naar voorzieningen voor dagelijkse behoeften, activiteiten en zorg.

## Maak woningen aanpasbaar aan wensen en behoeften van de huidige en toekomstige bewoner

*Op deze manier kunnen bewoners erin blijven wonen als hun levensomstandigheden en behoeften veranderen, bijvoorbeeld door ziekte of ouderdom.*

	Stem de wensen voor levensloopgeschikte woningen af op de lokale populatie en de demografische prognose. Neem ambities voor het omgaan met vergrijzing op in de gemeentelijke omgevingsvisie.	
	Maak woningen zoveel mogelijk flexibel en aanpasbaar. Denk aan een mogelijke herbestemming van ruimten, de mogelijkheid tot opdelen van de woning, de aanpasbaarheid van functies en mogelijkheden tot aanbrengen van hulpmiddelen.	Ontwerpgids meegroeiwonen, Platform31
	Maak een keuze voor een eisenpakket voor levensloopgeschikte woningen en leg dit vast in het programma van eisen en ontwerp van nieuwe gebouwen.	Kenniscentrum wonen en zorg

## Denk aan de toegankelijkheid en bereikbaarheid van levensloopgeschikte woningen

*Levensloopgeschikte woningen zijn makkelijk toegankelijk zijn voor ouderen, mensen die minder goed ter been zijn en mensen die hulpmiddelen nodig hebben. Bewoners kunnen zich veilig bewegen rondom hun woning en voelen zich ook veilig.*

	Maak toegangspaden of galerijen van woongebouwen voldoende breed. Zorg voor een voldoende grote lift.	Kenniscentrum wonen en zorg
	Vergroot de (beleving van de) veiligheid door middel van goede verlichting en voldoende sociale controle.	Beter oud, Gezond ontwerp wijzer
	Zorg voor een verkeersveilige omgeving, zodat ouderen en andere kwetsbare groepen gemakkelijk over kunnen steken.	Beter oud
	Breng de veiligheid van de openbare ruimte in kaart door samen met bewoners of ouderen een wijkscouw te doen. Pas bijvoorbeeld de methode 'Halt! U valt' toe.	Loket gezond leven

	Zorg voor een minimale deurbreedte van 85 cm zodat rolstoelen en rollators voldoende ruimte hebben en voor voldoende ruimte voor draaicirkels van rolstoelen op verschillende plekken in de woning.	Kenniscentrum wonen en zorg
	Vermijd drempels in de woning.	Kenniscentrum wonen en zorg
	Zorg voor een toegankelijke buitenruimte, zoals een tuin of balkon.	
<p><b>Dagelijkse voorzieningen, wonen en werken zijn goed gemengd</b>  <i>Levensloopgeschikte woningen staan bij voorkeur dichtbij dagelijkse voorzieningen voor zorg, ontmoeting, ontspanning en winkels. Dit bevordert zelfredzaamheid in het dagelijks leven.</i></p>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "Functies (wonen, werken, voorzieningen) zijn goed gemengd, overlastgevende bedrijven staan op afstand".	
<p><b>Heb aandacht voor veiligheid en toegankelijkheid van loop- en fietsroutes</b>  <i>Infrastructuur en routes zijn zo ingericht dat kinderen, ouderen en mensen met een beperking veilig en zelfstandig kunnen lopen en indien mogelijk fietsen. Veilig is zowel fysiek, bijvoorbeeld verkeersveilig, als sociaal bijvoorbeeld goed verlicht.</i></p>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "Actief vervoer (lopen en fietsen) is in beleid, ontwerp en gebruik de standaard".	
<p><b>Maak aantrekkelijke plekken in de woonomgeving toegankelijk voor ouderen en mensen met een beperking</b>  <i>Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Aantrekkelijke plekken zijn voor iedereen toegankelijk en veilig te bereiken.</i></p>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "Voor iedereen zijn er –dichtbij en toegankelijk- aantrekkelijke plekken".	
<p><b>Stimuleer zelfredzaamheid en het (langer) zelfstandig wonen</b>  <i>Overheidsbeleid is gericht op langer zelfstandig wonen en bevorderen van zelfredzaamheid van mensen. Dit vraagt soms om gedragsverandering en ondersteuning. Participatie is een van de pijlers van het concept positieve gezondheid. Wie goed kan omgaan met gezondheidsproblemen, kan blijven participeren. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en positieve gezondheid en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen.</i></p>		
	Bied erkende interventies op het gebied van valpreventie, zoals 'Vallen Verleden Tijd' of 'Zicht op Evenwicht'.	Loket gezond leven – valpreventie
	Bied erkende interventies op het gebied van zelfredzaamheid van ouderen, zoals 'Coach2Move' of 'FTO'.	LGL Loket gezond leven – interventieoverzicht 65+
	Bied erkende interventies gericht op chronisch zieken, zoals de 'Beweegkuur' en 'Sociaal Vitaal'	Loket gezond leven – interventieoverzicht chronisch zieken

	Bied interventies op het gebied van maatschappelijke participatie, zoals het ondersteunen van mantelzorgers en investeer in sociale netwerken.	Loket gezond leven – participatie
	Maak gebruik van programma's als 'Towards an Age Friendly World'.	WHO – age-friendly world
<p><b>Geef het goede voorbeeld</b>  <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met toegankelijkheid. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i></p>		
	Draag zorg voor een goede toegankelijkheid van eigen voorzieningen	
	Draag zorg voor goede menging van eigen voorzieningen (bijv. consultatiebureau of reizigersspreekuur van de GGD en het loket burgerzaken van de gemeente) in de verschillende kernen en/of wijken.	
	Draag zorg voor goede menging van maatschappelijke voorzieningen waar overheid een zegje in heeft, heb hierbij bij grote voorzieningen als instellingen voor zorg (zorgcomplexen, ziekenhuizen) en onderwijs (VO, MBO, HBO, universiteit) aandacht voor de 'menselijke maat' om ook in avonden en weekend een prettige leefomgeving te waarborgen	
<p><b>Bevorder participeer: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en evaluatie</b>  <i>Voorzieningen worden alleen goed gebruikt als deze aansluiten op de behoeften van gebruikers. Dat kan door middel van een goed proces met burgerparticipatie. Burgerparticipatie betekent dat bewoners actief meedoen bij de planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en/of evaluatie van beleid, infrastructuur en voorzieningen. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).  Participatie is gebaseerd op vertrouwen, zowel van professionals in burgers als omgekeerd. Er zijn verschillende niveaus van participatie mogelijk, van informeren, raadplegen en adviseren tot coproduceren of meebeslissen. Het doel van het inzetten van de bewonersparticipatie bepaalt mede de methode die gebruikt wordt en de te betrekken bewoners(groepen). Participatie is altijd maatwerk.</i></p>		
	Maak vooraf afspraken met elkaar over het doel van participatie en de bijbehorende randvoorwaarden. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente
	Bepaal de geschikte methode(s) van bewonersparticipatie. Doorloop daarvoor bijvoorbeeld het stappenplan in de 'handreiking bewonersparticipatie bij de inrichting van een gezonde leefomgeving'.	RIVM handreiking bewonersparticipatie, Inspiratiegids participatie, RIVM handreiking gezonde gemeente

	Heb aandacht voor representativiteit en afspiegeling van de burgers die het aangaat en zij die meedoen in het participatieproces.	Pharos
	Leg contact met en maak gebruik van belangenorganisaties zoals ouderen-, patiëntenverenigingen of VAC-punt wonen	