

Woonomgeving

- Kinderen groeien op in een rookvrije omgeving 2
- Voor iedereen zijn er –dichtbij en aantrekkelijk- aantrekkelijke plekken 5
- De leefomgeving draagt bij aan een gezond gewicht 10
- Wonen en druk verkeer zijn gescheiden 15
- Functies (wonen, werken, voorzieningen) zijn goed gemengd, overlastgevende bedrijven staan op afstand 18

Bijlage bij
Kernwaarden voor een Gezonde Leefomgeving

Versie 2, februari 2018
Levend document

check voor de laatste versie www.ggdghorkennisnet.nl

Kinderen groeien op in een rookvrije omgeving

Roken is verreweg de belangrijkste oorzaak van sterfte en ziekte. Meerroken door kinderen heeft een nadelige invloed op de ontwikkeling van de longen en geeft een verhoogde kans op luchtweginfecties, op hoesten en het ontwikkelen van astma. De fysieke en sociale omgeving spelen een rol in tabakspreventie door te beschermen tegen meerroken en tegelijkertijd uit te dragen dat de norm 'niet roken' is. Genoemde maatregelen beperken ook de blootstelling van volwassen meerokers en ontmoedigen bovendien het roken. Ook rook van houtkachels, open haarden, terraskachels en vuurkorven bevat schadelijke en kankerverwekkende stoffen en kan tot overlast leiden. Mensen met bestaande luchtwegaandoeningen, hart- en vaatziekten, ouderen en kinderen kunnen eerder klachten ontwikkelen door blootstelling aan houtrook, ook bij kleine hoeveelheden.

Maak publieke ruimten rookvrij

Zowel roken als meerroken is schadelijk voor de gezondheid. Een rookvrije publieke ruimte beschermt personen tegen onvrijwillige blootstelling en de schadelijke gevolgen van rook. Hoewel de e-sigaret en de waterpijp zonder tabak niet onder het Nederlandse rookverbod vallen omdat ze geen tabak bevatten, gelden de genoemde maatregelen hier wel voor omdat deze producten ook schadelijk zijn voor de gezondheid.

	Stel een rookverbod in op plekken waar kinderen komen (speelplekken, schoolpleinen, pretparken, sportterreinen).	RIVM handreiking gezonde gemeente, GGD GHOR NL, Actieplan 2017-2020
	Beperk roken in de publieke ruimte. Begin met het verbieden van roken op plekken waar mensen langere tijd wachten (bijv. bushaltes) of langs moeten (bijv. ingangen), etc.	Trimbos instituut
	Faciliteer geen rookruimtes in publieke gebouwen. Plekken waar wel gerookt mag worden zijn op (grote) afstand van de ingang.	GGD GHOR NL, Actieplan 2017-2020
	Weer tabaksverkoop van plekken waar gemeente iets over te zeggen heeft.	

Zorg voor een omgeving die rookvrij gedrag bevordert

Reclame kan mensen verleiden tot bepaald gedrag. Het niet zien van personen die roken, en het voorkómen van aanbod en reclame van rookartikelen helpt personen om niet te gaan roken.

	Zorg voor een tabaksvrije zone rondom scholen en sportverenigingen (rookverbod maar ook verkoop en marketing).	Rookvrije generatie
	Elke vorm van sponsoring en reclame voor tabak in de openbare ruimte is verboden.	Tabaks- en rookwarenwet

Sluit aan bij de campagne 'op weg naar een rookvrije generatie'

Rookvrij opgroeien moet vanzelfsprekend zijn. Ieder kind dat geboren wordt moet de kans krijgen om volledig rookvrij op te groeien. Dit kan in een rookvrije omgeving, zonder verleidingen en met goede voorbeelden om zich heen.

	Rookvrije Generatie Campagne van Hartstichting, KWF en Longfonds: Kinderen moeten in alle fasen van het opgroeien worden beschermd tegen tabaksrook en tegen de verleidingen om te gaan roken. Plannen en materialen beschikbaar via www.rookvrijegeneratie.nl .	Rookvrije generatie, RIVM handreiking gezonde gemeente
--	---	--

Stimuleer het stoppen met en/of het niet gaan roken

Stoppen met roken vraagt een gedragsverandering. Dit is niet eenvoudig. Programma's kunnen personen ondersteunen om te stoppen met roken en om dat vol te houden. Programma's om weerbaarheid bij jongeren te vergroten kan voorkómen dat zij gaan roken. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij

ondersteunen.		
	Biedt erkende interventies aan die voorkómen dat niet-rokende jongeren beginnen met roken, zoals Steun bij Stoppen 1.0 en SmokeAlert.	RIVM handreiking gezonde gemeente - roken
	Biedt erkende interventies aan die personen ondersteunen bij het stoppen met roken, zoals Actie Tegengif en Rookvrij schoolterrein	RIVM handreiking gezonde gemeente - roken
Geef het goede voorbeeld		
<i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het aanbieden van een rookvrije omgeving. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i>		
	Biedt geen rookfaciliteiten aan in en om het eigen gebouw.	
	Spreek met rokende medewerkers een rookvrije zone af rondom het eigen gebouw.	
	Biedt medewerkers een gratis stoppen met roken cursus.	
Beperk houtrook		
<i>Door houtrook te beperken worden er minder schadelijke stoffen uitgestoten en wordt hinder ten gevolge van de geur van houtrook beperkt. Dit draagt bij aan de kwaliteit van de leefomgeving en het welbevinden.</i>		
	Stook niet in een stedelijke omgeving (inclusief terrashaarden en vuurkorven).	GGD A'dam - houtrook
	Verbied rookgaskanalen in nieuwe woningen.	GGD standpunt houtrook
	Verleen geen subsidies (i.h.k.v. duurzame energie) aan pelletkachels of andere manieren van houtstook.	GGD standpunt houtrook
	Wijs plekken aan in openbare parken die barbecue-vrij zijn.	
	Voer een pilot uit met als doel om inzicht te krijgen in diverse lokale stooksituaties die overlast veroorzaken en om een samenhangend pakket effectieve maatregelen te evalueren. Uitkomsten van een pilot zeggen iets over lokale haalbaarheid van maatregelen en brengen lokale knelpunten in beeld. Het delen van kennis uit de ervaringen van de pilot is belangrijk en kan behulpzaam zijn voor andere gemeenten.	
	Meer informatie: www.platformhoutrook.nl	
Stimuleer het minder (niet) hout stoken en optimaal stoken		
<i>Minder of geen hout stoken of het optimaal gaan stoken vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen</i>		
	Geef voorlichting / informatievoorziening over de invloed van houtrook op de luchtkwaliteit en gezondheid.	GGD A'dam houtrook
	Geef tips aan stokers om optimaal te stoken en overlast te voorkomen.	RIVM toolkit houtrook
	Waarschuw wanneer weersomstandigheden ongunstig zijn voor houtstook.	Stookwijzer
	Stookcursus verplicht stellen bij aanschaf van een kachel om stookgedrag en het gebruik van stookhout te optimaliseren.	
Geef het goede voorbeeld		
<i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met het voorkómen en verminderen van houtrook. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i>		
	Plaats geen vuurkorven of barbecues met kolen bij zelf georganiseerde evenementen.	
Bevorder participatie: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en		

evaluatie

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 (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
	Betrek burgers bij het bepalen van een barbecue-vrije zone in een park.	

Voor iedereen zijn er -dichtbij en toegankelijk- aantrekkelijke plekken

Waar we onze tijd doorbrengen heeft een belangrijk effect op onze kwaliteit van leven. Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en de verdere omgeving (bijvoorbeeld stad of platteland) en vereist maatwerk. Door de plekken voldoende dichtbij en voor iedereen, ook kwetsbare mensen, gemakkelijk toegankelijk te maken, kunnen zij goed gebruikt worden. Aantrekkelijk ingerichte plekken dragen bij aan het verminderen van de kans op eenzaamheid en stressgerelateerde klachten en dragen bij aan de fysieke fitheid, sociale cohesie en kwaliteit van leven.

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

Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en van de verdere omgeving. Een plek wordt alleen goed gebruikt als deze aansluit op de wensen en 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.

	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
	Maak openbaar groen beschikbaar voor zelfbeheer, bijvoorbeeld voor een buurt- of stoepuin.	Gemeente Utrecht – groen
	Maak met hardlopers en atletiekverenigingen hardlooproutes in de openbare ruimte	Hardlopen

Maak de plek mooi en comfortabel

Gebouwen, uitzicht en natuurlijke elementen kunnen helpen om een aantrekkelijke, onderscheidende plek te maken waar mensen graag zijn. Deze kenmerken zorgen er ook voor dat mensen gemakkelijker hun weg kunnen vinden. Een sterke lokale identiteit, bijvoorbeeld door kunst, cultuur of historische gebouwen, zorgt ervoor dat mensen een plek positief ervaren en zich verbonden voelen met de plek. Goede plekken bieden een gevarieerd aanbod aan ontmoetingsplekken waar mensen vanuit de gehele community en vanuit verschillende achtergronden elkaar tegenkomen en elkaar kunnen leren kennen. Dit wordt ook wel 'placemaking' genoemd. Door een plek mooi, prettig en comfortabel in te richten met en voor de mensen, draagt het bij aan sociaal maatschappelijk

<i>participeren, kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving.</i>		
	Geef straten en pleinen mooi vorm, bijvoorbeeld vanuit cultureel, historisch of functioneel oogpunt.	Gezond ontwerp wijzer Place standard
	Heb aandacht voor kunst en cultuur. De vormgeving van de buitenruimte en objecten in de buitenruimte kunnen bijdragen aan beleving en zingeving en het creëren van een identiteit van een plek.	Place standard
	Zorg dat mensen graag op een plek willen zijn. Ook in de nacht, in verschillende seizoenen en bij slecht weer. Zorg voor zo min mogelijk negatieve kenmerken zoals leegstaande gebouwen en braakliggende terreinen.	Place standard
	Zorg dat mensen zich verbonden voelen met een plek en op deze manier ook met hun buurt en buurtbewoners. Ga daarover in gesprek met bewoners.	
	Maak een plek comfortabel, let bijvoorbeeld op zon en wind.	Gezond ontwerp wijzer
	Zorg voor een zachte overgang tussen een gebouw en de straat (bijvoorbeeld door een bankje, plantenbak, etalages, etc).	
Maak de plek veilig, schoon en heel		
<i>Een aantrekkelijke plek is schoon (geen zwerfvuil of hondenpoep) en het straatmeubilair is heel. Alle gebruikers (jong, oud) moeten veilig gebruik kunnen maken van de plek en zich ook veilig voelen. Goede afspraken over beheer, handhaving en toezicht zijn hierbij belangrijk. Draag er zorg voor dat de plek ook voor omwonenden aangenaam blijft en geen overlast veroorzaakt.</i>		
	Zorg voor voldoende beheer, betrek waar mogelijk gebruikers.	Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer
	Regel zo nodig toezicht, betrek waar mogelijk gebruikers.	Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer
	Breng de veiligheid van een plek in kaart door samen met gebruikers (bewoners, ouderen, jongeren) door een wijk te lopen (wijkschouw). Denk ook aan de situatie op andere tijdstippen en andere jaargetijden.	RIVM handreiking gezonde gemeente
	Vergroot de (beleving van de) veiligheid en ontmoedig asociaal gedrag. Denk hierbij aan zicht vanuit woningen ('keukenraam controle') en goede verlichting.	Gezond ontwerp wijzer
	Zorg voor vandalismebestendige voorzieningen van goede kwaliteit.	Gezond ontwerp wijzer
	Maak hondenbeleid om ontlasting te voorkomen in de openbare ruimte (bijvoorbeeld op stoepen, goten, verblijf- en speelplaatsen).	
	Maak singels en vijvers veilig, bijvoorbeeld met schuine taluds en verlaagde oevers.	Gezond ontwerp wijzer
	Bied goede en schone toiletvoorzieningen in de omgeving van ontmoetingsplekken. Dit gaat wildplassen tegen.	
Maak de plek voor iedereen toegankelijk		
<i>Aantrekkelijke plekken zijn voor iedereen toegankelijk en veilig te bereiken. Toegankelijk voor kinderen om zelfstandig buiten te spelen, voor ouderen en mensen die minder goed ter been zijn om te kunnen wandelen en bijvoorbeeld voor slechtzienden.</i>		
	Zorg voor voldoende routes om te wandelen en fietsen naar en tussen plekken waar mensen graag willen zijn.	

	Maak wandel- en fietsroutes aantrekkelijk, veilig en direct, met name voor kinderen, ouderen en andere kwetsbare verkeersdeelnemers (met name in de buurt van scholen en kindvoorzieningen, verzorgingshuizen en ouderenvoorzieningen, etc.).	Amsterdamse beweglogica, Veilig verkeer Nederland
	Organiseer het beheer met aandacht voor toegankelijkheid voor ouderen en hen die minder goed ter been zijn, ook bij winterse weersomstandigheden.	RIVM handreiking gezonde gemeente
Bied stille plekken <i>Stille plekken zijn belangrijk om de drukte te ontlopen of te 'ontstressen'. Rust in eigen huis is nodig (zie ook Kernwaarde Minimaal één zijde (gevel) van een woning is aangenaam), maar velen vinden ook een rustig plekje niet te ver van huis belangrijk. 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. Vooral in een drukke stad is het bieden van stille plekken van belang.</i>		
	Vraag bewoners naar behoefte aan en het gebruik van stille plekken in de buurt. Identificeer stille plekken die behouden moeten worden. Bescherm deze stille plekken tegen lawaai door ze op te nemen in het beleid. Creëer stille plekken waar nodig.	GGD A'dam – stille plekken
	Beperk overheersend verkeerslawaai.	GGD A'dam – stille plekken
	Voeg natuurlijke elementen toe ten behoeve van soundscaping (gebruik van gewenst geluid en demping van ongewenst geluid).	GGD A'dam – stille plekken
	Pas stille zijdenbeleid toe op geluidbelaste locaties.	Richtlijn geluid io, RIVM stille zijde
Bied levendige plekken <i>Levendige plekken stimuleren het ontmoeten van buurtbewoners en zijn daarmee een middel tegen eenzaamheid en om de sociale cohesie te bevorderen. Levendigheid promoot daarnaast het daadwerkelijke gebruik van een aantrekkelijke plek. Vooral in landelijk gebied is het bieden van levendigheid op een plek van belang.</i>		
	Bied voorzieningen om elkaar te ontmoeten, zoals bankjes op pleinen en bij speelplekken, en elementen die als informele zitplaats gebruikt kunnen worden, bijvoorbeeld trappen, brede paaltjes, etc.	Beweegvriendelijke stad
	Bevorder ontmoeting door regelmatig activiteiten te (laten) organiseren (denk bijvoorbeeld aan een markten, festivals, natuureducatie, etc.)	RIVM handreiking gezonde gemeente
Richt de leefomgeving zo in dat sporten en spelen wordt gestimuleerd <i>Straten, parken, pleinen en water geven aanleiding tot (ongeorganiseerd) sporten en spelen, bijv. om een rondje te lopen met de hond, in het hardlooprondje wat gymoefeningen op te nemen, verstoppertje te spelen of een eigen spel te verzinnen. Sporten en spelen helpen overgewicht en daarmee samenhangende ziekten zoals hart- en vaatziekten, diabetes en kanker voorkomen. Het is ook goed voor de motorische ontwikkeling van kinderen, bevordert lenigheid en zelfredzaamheid van ouderen en helpt eenzaamheid en isolement te voorkomen. Onder werknemers kan het ziekteverzuim verlagen en werktevredenheid en productiviteit bevorderen.</i>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "De leefomgeving draagt bij aan een gezond gewicht".	
Bied natuurlijke omgeving (groen en water) <i>Een natuurlijke omgeving kan een positieve invloed hebben op de gezondheid, omdat het mensen stimuleert om te bewegen (helpt tegen overgewicht, hart- en vaatziekten) en ontspanning en rust biedt (helpt bij herstel van stress, aandachtsmoeheid en depressie). Het biedt verder ontmoetingsplekken en maakt klimaatbestendig(er): het kan helpen warmte te dempen (tegen hittestress), schaduw te bieden en wateroverlast voorkomen. Het is belangrijk om bij ontwerpen met groen en water ook aandacht te hebben voor mogelijke risico's.</i>		

	Kies (ook) voor een natuurlijke inrichting van openbare ruimte en schoolpleinen	Amsterdamse beweglogica, Gezond ontwerp wijzer, Inspiratiegids groene gezonde wijk, Handboek speelnatuur
	Maak parken of natuur bereikbaar voor iedereen, op loop- en fietsafstand. Faciliteiten voor fietsparkeren horen daarbij.	Amsterdamse beweglogica, GGD Haaglanden - groen
	Kies voor een goede mix van groen en water, zodat de omgeving in elk seizoen aantrekkelijk is.	Gezond ontwerp wijzer
	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
	Stimuleer het aanleggen van (buurt)moestuinen. Maak afspraken met de gebruikers over het beheer. Houd wel rekening met mogelijke bodemverontreiniging.	Gezond ontwerp wijzer, Inspiratiegids groene gezonde wijk
	Zorg voor voldoende zitmogelijkheden (in zon en schaduw) in groen en langs water .	Gezond ontwerp wijzer
	Maak terreinen geschikt voor lunchwandelen of hardlopen voor werknemers.	Gezond ontwerp wijzer
	Heb aandacht voor de microbiologische kwaliteit van water in de stad. Doe de waterkwaliteitscheck voor nieuwe en bestaande stedelijk water concepten.	RIVM waterkwaliteitscheck
	De temperatuur in de stad en de woning kan verlaagd worden door het aanleggen van water en groen - zowel op de grond als op daken en tegen gevels.	Factsheet hitte Academische Werkplaats Milieu en Gezondheid

Zorg voor een goede bodemkwaliteit

Speelplekken, moestuinen en andere plekken waar contact is met de bodem moeten worden gerealiseerd op een bodem van goede, of voor het beoogd gebruik voldoende kwaliteit. Een bodemverontreiniging met lood kan een gezondheidsrisico vormen voor jonge kinderen. De huidige interventiewaarde bij gevoelige locaties biedt onvoldoende bescherming voor de gezondheid van jonge kinderen. Ook wil je bij gebruik van een park, speelplaats of moestuin geen asbesthoudend materiaal in de bodem tegenkomen.

	Ga na of er verontreinigingen in de bodem aanwezig zijn die een nadelig effect kunnen hebben op de gezondheid. Houd hierbij rekening met het beoogd gebruik van de betreffende locatie.	GGD-richtlijn gezondheidsrisico van bodemverontreiniging, GGD-richtlijn asbest in bodem
	Let specifiek op verontreinigingen met lood, zeker op plaatsen waar kinderen spelen en bij moes- en volkstuinten. Lood kan ook onder de interventiewaarde gezondheidseffecten veroorzaken	GGD-advies 'lood in bodem en gezondheid', Toelichting lood in bodem en gezondheid

Stimuleer het gebruik van de plek

Een plek anders gaan gebruiken vraagt om gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen

	Bied erkende interventies op het gebied van sport en bewegen, zoals 'PLAYgrounds' of 'SLIMMER diabetes voorkomen'.	Loket gezond leven – sport en bewegen
	Bied erkende interventies op het gebied van ontmoeten, zoals 'Kleur je Leven' of 'Sociaal Vitaal'	Loket gezond leven – depressie
	Bied erkende interventies op het gebied van ontspannen, zoals 'Psyfit' of 'Voluit Leven'	Loket gezond leven – depressie
Geef het goede voorbeeld <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met aantrekkelijke plekken. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i>		
	Maak in de buitenruimte bij het eigen gebouw aantrekkelijke plekken om te pauzeren of overleggen.	
	Stel aantrekkelijke buitenruimte bij het eigen gebouw buiten werktijden ook open voor omwonenden	

De leefomgeving draagt bij aan een gezond gewicht

Bijna de helft van de Nederlanders van 18 jaar en ouder heeft overgewicht, een op de drie beweegt weinig. Overgewicht hangt samen met tal van ziekten. Het risico op ziekten en aandoeningen zoals diabetes en hart- en vaatziekten wordt groter naarmate de buikomvang toeneemt. De leefomgeving bepaalt vaak direct of gezond gedrag mogelijk is. Het kan gezond gedrag bevorderen of juist belemmeren. In een obesogene omgeving eten mensen teveel en ongezond en bewegen te weinig. Dit draagt bij aan het probleem van overgewicht. Door de leefomgeving zo in te richten dat een actieve leefstijl (zoals fietsen, traplopen, buitenspelen) wordt gestimuleerd en dat gezonde voeding de makkelijkste, logische keuze is, worden problemen rond overgewicht tegengegaan. Het gaat daarbij ook om zaken als een gezond voedingsaanbod op en rond scholen, sportterreinen en andere gemeentelijke voorzieningen.

Richt de leefomgeving zo in dat actief vervoer (lopen en fietsen) wordt gestimuleerd

Lopen of fietsen in plaats van met auto of OV is gezonder en beter voor de omgeving. Dit moet centraal uitgangspunt zijn in beleid en ontwerp. Dagelijks lopen of fietsen naar werk, school en winkel draagt bij aan het voldoen aan de nationale beweegnorm. Hierbij is het nodig oog te hebben voor de behoeften van kwetsbare groepen zoals ouderen, kinderen of mensen die niet goed ter been zijn. Voor langere afstanden kan dit in combinatie met OV.

Zie voor Maatregelen:

Kernwaarde "Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard".

Richt de leefomgeving zo in dat sporten en spelen wordt gestimuleerd

Straten, parken, pleinen en water geven aanleiding tot (ongeorganiseerd) sporten en spelen, bijv. om een rondje te lopen met de hond, in het hardlooprondje wat gymoefeningen op te nemen, verstoppertje te spelen of een eigen spel te verzinnen. Sporten en spelen helpen overgewicht en daarmee samenhangende ziekten zoals hart- en vaatziekten, diabetes en kanker voorkomen. Het is ook goed voor de motorische ontwikkeling van kinderen, bevordert lenigheid en zelfredzaamheid van ouderen en helpt eenzaamheid en isolement te voorkomen. Onder werknemers kan het ziekteverzuim verlagen en werktevredenheid en productiviteit bevorderen.

	Spelen kan overal, maak het straatprofiel geschikt (brede stoep) en denk ook aan de verkeersveiligheid (bijv 30 km zone).	Amsterdamse beweglogica, Rotterdam buitenspeelnorm
	Richt parken, pleinen e.d. zodanig in dat zij flexibele gebruiksmogelijkheden stimuleren en eigen invulling en het verzinnen van een spel toelaten.	Amsterdamse beweglogica, Handboek prettige plekken, Platform buitenspelen
	Sluit braakliggende terreinen niet af en maak deze (tijdelijk) geschikt om te spelen. Voorwaarde hierbij is een voldoende milieukwaliteit (bijvoorbeeld geen lood in de bodem) en veiligheid.	Amsterdamse beweglogica
	Maak speelplekken niet alleen geschikt, aantrekkelijk en toegankelijk voor kinderen, maar voor iedereen.	Amsterdamse beweglogica, Rotterdam buitenspeelnorm, Handboek buitenspelen
	Maak speelplekken en schoolpleinen gedurende de hele dag toegankelijk (en schoon, heel en veilig), eventueel door toezicht.	Amsterdamse beweglogica,

		Platform buitenspelen, Gezond ontwerp wijzer
	Bied voorzieningen voor (niet clubgebonden) sport- en spelactiviteiten.	Gezond ontwerp wijzer, Amsterdamse beweeglogica
	Bevorder gebruik door regelmatig een gezonde activiteit te (laten) organiseren (denk bijvoorbeeld aan een wandelclub, sportactiviteiten in het park).	RIVM handreiking gezonde gemeente, Bewegen in de wijk
	Bied ruimte aan ongeorganiseerde en niet-clubgebonden sportvoorzieningen in buurten.	Amsterdamse beweeglogica
<p>Daag mensen uit te bewegen in en om gebouwen</p> <p><i>In en om de gebouwen waar mensen een groot deel van de dag zittend doorbrengen, moeten mensen uitgedaagd worden te bewegen. Gebouwen en hun directe omgeving lokken bewegen uit door aandacht te hebben voor de routes (de lijnen waarlangs men beweegt, die de ruimtes in een gebouw verbinden: trappen, gangen, liften), de doelen (strategisch plaatsen van functies of ruimtes in een gebouw waar men verblijft en naar toe beweegt), de gebouwfuncties die een directe relatie hebben met bewegen (bijv. fitnessruimtes, fietsenbergingen en actief kantoormeubilair) en de directe omgeving.</i></p>		
	Leg de focus op de trap in plaats van de lift. Zorg dat eventuele liften en roltrappen een ondergeschikte ruimtelijke positie innemen ten opzichte van de trap (minder goed zichtbaar zijn).	Amsterdamse Beweeglogica, Beweeglogica gebouwen
	Moedig het gebruik van de trap aan door informatieverstrekking en motiverende bewegwijzering aan te brengen op plekken waar gebruikers moeten kiezen tussen de trap en de lift (maak de trap uitnodigend).	Amsterdamse Beweeglogica, Beweeglogica gebouwen
	Zorg dat routes de zintuigen prikkelen. Speel met materialen, transparantie, (dag-)licht, ruimtelijke en programmatische differentiatie om het (trap-)lopen te belonen.	Beweeglogica gebouwen
	Beperk roltrappen en meervoudige liften tot plekken met grote publieksstromen.	Beweeglogica gebouwen
	Plaats veelgebruikte bestemmingen strategisch in een gebouw om lopen, staan of rolstoelgebruik te bevorderen, plaats deze functies zodanig dat er een (aangename) loopafstand ontstaat.	Beweeglogica gebouwen
	Zorg dat gebruikers op de hoogte zijn van bestemmingen in en om het gebouw: maak ze zichtbaar of gebruik (aantrekkelijke) bewegwijzering.	Beweeglogica gebouwen
	(Her)overweeg de configuratie en plaatsing van verschillende gebouwfuncties. Door functies centraal te stellen of juist op afstand kan sociaal contact en beweging worden gestimuleerd.	Beweeglogica gebouwen
	Activerend meubilair en beweegtoestellen lokken bewegen uit.	Beweeglogica gebouwen
	In werkgebouwen zijn voorzieningen aanwezig die sporten mogelijk maken of zelfs aanmoedigen. Denk hierbij aan kleedruimten, douches of ruimte om (sport)fietsen te stallen.	Amsterdamse beweeglogica, Beweeglogica gebouwen
	Collectieve binnenhoven, tuinen, terrassen en daken worden zo ontworpen dat kinderen er kunnen spelen.	Amsterdamse beweeglogica. Beweeglogica gebouwen

<p>Maak voldoende plek in de buurt om (betaalbaar) te sporten</p> <p><i>Sporten (in verenigingsverband of anderszins georganiseerd) is een essentieel onderdeel van bewegen. Om iedereen te kunnen laten sporten is er voldoende plek om te sporten bij (sport)verenigingen, -voorzieningen en in het groen, op straten en pleinen. Voor iedereen zijn sportverenigingen, sportscholen en –clubs toegankelijk, betaalbaar en beschikbaar. De sportgelegenheden zitten op de juiste plek dichtbij de doelgroep, zichtbaar en uitnodigend. Sportgelegenheden sluiten goed aan op de wensen van de bewoners uit de buurt.</i></p>		
	Behoud bestaande sportvelden/sportaccommodaties of neem ze op in nieuwe ontwikkelingen. Ze worden niet verdreven naar de randen van de gemeente.	Amsterdamse beweeglogica
	Richt parken zodanig in dat ze sportief gebruik mogelijk maken, waarbij drainage een belangrijk aandachtspunt is.	Amsterdamse beweeglogica
	Bied 'nieuwe sporten', zoals streetsports en outdoorclubs de ruimte in parken en zorg voor de nodige voorzieningen, zoals lockers en drinkwaterpunten.	Amsterdamse beweeglogica
	Zorg voor goed onderhoud en beheer van sportplekken, zodat sportvoorzieningen altijd in goede, bruikbare staat zijn.	Amsterdamse beweeglogica
	Betrek sporten in minimabeleid, maak sportverenigingen en faciliteiten (juist) ook betaalbaar voor mensen met een laag inkomen	
<p>Stimuleer het gaan bewegen</p> <p><i>Meer of vaker gaan bewegen vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen</i></p>		
	Bied erkende interventies op het gebied van sport en bewegen, zoals 'PLAYgrounds' of 'SLIMMER diabetes voorkomen'.	Loket gezond leven – sport en bewegen
	Bied erkende interventies op het gebied van overgewicht en bewegen, zoals 'Realfit' of 'Bfit'.	Loket gezond leven – sport en bewegen
<p>Zorg voor een gezond voedingsaanbod</p> <p><i>Eten is vrijwel overal aanwezig. De omgeving nodigt op ieder moment uit te eten. Lage prijzen, variatie en de veelheid van keuzemogelijkheden dragen hier aan bij. Het verlangen om te eten kan worden aangewakkerd, en ook de daadwerkelijke hoeveelheid kan groter worden. Makkelijk te verkrijgen voedsel kan worden ervaren als moeilijker om te weerstaan. Maatregelen kunnen zich richten op een gezonder aanbod en marketing, waarbij er ook gezonde(re) opties zijn, op het sturen van het aanbod voor specifieke doelgroepen (bijv. kinderen) of op het sturen van het aanbod in of nabij specifieke voorzieningen (bijv. scholen of sportkantines).</i></p>		
	Zorg voor drinkwatertappunten op strategische plekken, zoals bv. bij fiets- of wandelknooppunten, winkelgebieden, speelvoorzieningen en schoolpleinen.	AAGG
	Maak het voedselaanbod in school- en sportkantines gezond.	Gezonde kantine, Gezond gewicht, Team fit
	Zorg dat in de omgeving van scholen zo min mogelijk ongezond aanbod is (verbied of beperk fastfoodketens en snackwagens nabij school), stimuleer een gezond aanbod bij nabijgelegen detailhandel (vraag reeds gevestigde bakkerij om assortiment aan te passen).	AAGG
	Verbied het aanbieden van ongezonde producten bij een activiteit, instelling of plek bestemd of bedoeld voor kinderen, of waar veel kinderen zijn.	AAGG
	Verbied ongezonde kindermarketing. Dat betekent geen marketing van ongezonde producten bij een activiteit, instelling of plek	AAGG, Stop kindermarketing

	bestemd of bedoeld voor kinderen of waarbij het bereik onder kinderen meer dan 25% is.	
	Maak afspraken met vastgoedeigenaren, winkeliersverenigingen en ondernemers over een gezondere aanbod en marketing.	Ondernemers voor een gezond A'dam
Stimuleer het gezond(er) gaan eten <i>Gezonder gaan eten vraagt een gedragsverandering. De GGD heeft veel kennis van en ervaring met gedragsveranderingsprogramma's en kan overheid of initiatiefnemer hierbij ondersteunen</i>		
	Bied erkende interventies op het gebied van overgewicht, zoals 'Krachtvoer' of 'SMARTsize'.	Loket gezond leven – sport en bewegen
Zorg voor een aantrekkelijke omgeving <i>Waar we onze tijd doorbrengen heeft een belangrijk effect op onze kwaliteit van leven. Aantrekkelijke plekken bieden mensen gelegenheid te ontmoeten, ontspannen, bewegen en gezond te genieten. Wat aantrekkelijk is, is afhankelijk van de gebruikers en de verdere omgeving, en vereist maatwerk.</i>		
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "Voor iedereen zijn -dichtbij en toegankelijk- aantrekkelijke plekken".	
Geef het goede voorbeeld <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met gezond eten en bewegen. Practice what your preach en geef het goede voorbeeld! (www.gezondewerkvloer.nl)</i>		
	Alle activiteiten, instellingen, plekken, etc. die (mede) financiering van de gemeente ontvangen en structureel of incidenteel (b.v. een bijeenkomst) voeding aanbieden zorgen dat er gezond aanbod is. Dat betekent ook een gezonde bedrijfskantine en gezonde catering van eigen activiteiten	AAGG
	Faciliteer sporten door faciliteiten als kleed- en doucheruimten te bieden	Beweeglogica gebouwen
	Stimuleer sporten door sportfaciliteiten te bieden of nabijgelegen sportfaciliteiten laagdrempelig beschikbaar te maken (bedrijfsuurtje met specifieke les, lunchsport (deels) onder werktijd, korting op lidmaatschap of entree)	
	Maak het eigen gebouw beweegvriendelijk	Beweeglogica gebouwen
	Faciliteer beweegwerken door sta/zit-bureaus, fietsbureaus, sta-vergaderfaciliteiten etc te bieden	Beweeglogica gebouwen
	Stimuleer lunchwandelen door een abonnement op een nabijgelegen botanische tuin, dierenpark, beeldentuin, etc.	
Bevorder participatie: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en evaluatie <i>Bepaal het gewenst voedsel- en beweegaanbod met gebruikers, het aanbod 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 (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>		

	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
	Ondersteund door een app scoren bewoners en gebruikers de kwaliteit van speel- en sportplekken in hun wijk.	Kijk een gezonde wijk

Wonen en druk verkeer zijn gescheiden

Intensief verkeer geeft veel lawaai en luchtverontreiniging. Langdurig verblijven nabij drukke wegen (bijv. woning, school, kinderdagverblijf, verzorgingshuis) geeft een verhoogd risico op hart- en vaatziekten en luchtwegaandoeningen. De groei van kinderlongen op dergelijke plekken blijft achter. Het horen van te veel of ongewenst geluid kan niet alleen onprettig zijn, het kan ook gezondheidsschade toebrengen. Zo slapen sommige mensen slecht vanwege geluidsoverlast of krijgen ze een hoge bloeddruk en kan geluid de kans op een hartinfarct vergroten. Drukke verkeerswegen kunnen daarnaast ook een geografische barrière vormen en leiden tot (verkeers)onveilige situaties.

Houd afstand van snelweg en drukke straat

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).

	Bouw voorzieningen waar langdurig verblijf van kwetsbare mensen plaatsvindt niet binnen 300 m van een snelweg.	GGD richtlijn lucht
	Bouw voorzieningen waar langdurig verblijf van kwetsbare mensen plaatsvindt niet in de eerstelijns bebouwing van drukke wegen, waarbij 'druk' is gedefinieerd als een verkeersintensiteit van meer dan 10.000 motorvoertuigen per etmaal. Plan dergelijke voorzieningen liever in een zijstraat of een straat erachter.	GGD richtlijn lucht
	Gebruik het scoremodel uit de GGD Richtlijn om de gevoeligheid van bestemmingen te bepalen.	GGD richtlijn lucht
	Toch een gevoelige bestemming nabij de snelweg of aan een drukke weg? Let op ventilatie (zie Kernwaarde Binnenklimaat is Prettig en Gezond) en maak een afweging van voor- en nadelen van filtratie. Voor school of kinderdagverblijf: Speelplein aan luwe zijde.	GGD richtlijn lucht
	Toch langdurig verblijf? Zorg dat het pand tenminste één aangename (schone, stille, prettige) zijde heeft.	RIVM stille zijde, GGD richtlijn lucht
	Bundel en orden verkeer: doorgaande routes voor gemotoriseerd verkeer gaan om wijken of kernen heen, niet er doorheen. Voor fietsers en voetgangers is dit juist andersom.	Amsterdamse beweglogica, GGD Haaglanden - geluid

Dring gemotoriseerd verkeer terug

Door de hoeveelheid gemotoriseerd verkeer te beperken wordt er minder luchtverontreiniging uitgestoten, minder geluid geproduceerd en ontstaat er ruimte voor lopen, fietsen en spelen. Door het autobezit te beperken wordt het autogebruik ook teruggedrongen, en ontstaat er bovendien direct meer ruimte.

	Zie voor Maatregelen: Kernwaarde "Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard".	
	Maak het (resterend) gemotoriseerd verkeer schoner en stiller <i>Waar beperken van gemotoriseerd verkeer (nog) niet tot de mogelijkheden behoort, kunnen maatregelen worden genomen om de uitstoot van lawaai en luchtverontreiniging te beperken.</i>	
	Zie voor Maatregelen: Kernwaarden "Actief vervoer is in ontwerp, beleid en gebruik de standaard".	

Beperk uitstoot en lawaai van andere vervoerstypes (spoor, water, lucht)		
<i>Niet alleen wegverkeer zorgt voor uitstoot van luchtverontreiniging en lawaai, ook treinen, scheepvaart en luchtvaart dragen hieraan bij.</i>		
	Stimuleer rust- of stilteperioden gedurende de avond en nacht door (bepaalde) activiteiten in die perioden niet toe te staan.	
	Betrek bij het verstrekken van vergunningen ook eisen aan de uitstoot van geluid en luchtverontreiniging van het vervoersmiddel.	
	Stimuleer elektrificeren van het spoor op trajecten waar nog dieseltreinen rijden.	GGD richtlijn lucht
	Stimuleer het gebruik van stillere remsystemen en glad geslepen wielen bij goederenvervoer per spoor.	GGD Haaglanden – geluid
	Bekijk of goederenvervoer (of rangeren) over het spoor via routes kan rijden waarbij gevoelige bestemmingen worden ontzien.	GGD Haaglanden – geluid
	Stimuleer schonere en stillere scheepvaart, bijvoorbeeld door richtlijnen bij aanlegplaatsen en subsidies voor retrofitten met roetfilters.	GGD richtlijn lucht
	Verstrek walstroom, ook voor (toeristische) grootverbruikers.	GGD richtlijn lucht
Stimuleer lopen en fietsen		
<i>Gaan lopen en fietsen in plaats van zich met auto of OV te verplaatsen vraagt een gedragsverandering. Een integrale aanpak van gedragsverandering richt zich zowel op het individuele gedrag als op de leef-, werk- en woonomgeving. Maatregelen in de leefomgeving moeten daarom bij voorkeur samengaan met andere middelen zoals voorlichting en gedragsveranderingsprogramma's. Pak dit planmatig aan. Zie voor kennis, materialen en tips het Loket Gezond Leven.</i>		
	Bied erkende interventies op het gebied van lopen en fietsen, zoals 'Fietsen scoort' of 'Stap je gezond'.	Loket gezond leven – sport en bewegen
Geef het goede voorbeeld		
<i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met actief vervoer. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i>		
	Ga uit van actief vervoer voor dienstreizen tot ca 7,5 km. Verstrek goede dienstdiensten, beperk het gebruik van dienstauto's tot beschreven uitzonderingssituaties en maak het gebruik van de eigen auto voor dienstreizen niet declarabel. (zie Kernwaarde Mobiliteit; e-fiets en OV voor dienstreizen over grotere afstand)	Tour de force 2020
	Maak in het eigen wagenpark en aanbestedingen (fossiel) gemotoriseerd verkeer een uitzondering. Sta alleen elektrische dienstdiensten toe, gebruik deze alleen in beschreven uitzonderingssituaties en hanteer een strikte uitzonderingslijst voor toegestane (fossiel) gemotoriseerde diensten (en een lijst met elektrische alternatieven).	Gemeente Amsterdam – agenda duurzaamheid
	Ga uit van actief vervoer voor woon-werkverkeer. Beloon alleen actief woon-werkverkeer (evt gecombineerd met e-fiets en/of OV) en bied goede voorzieningen (zoals ruime en veilige fietsenstalling, e-fiets oplaadpunten, douche/ omkleedruimte, droogruimte regenpak, reparatie/ bandenplakservice, fietspomp).	Actiefvervoer.nl Tour de force 2020

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

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.

	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

Functies (wonen, werken, voorzieningen) zijn goed gemengd, overlastgevende bedrijven staan op afstand

Een goede menging van functies zorgt voor een prettige woon- en werkomgeving gedurende de hele dag. In een buurt waar wonen, werken en een gevarieerd aanbod van voorzieningen (op het gebied van zorg, winkelen, ontspanning, ontwikkeling) goed gemengd zijn, wordt meer bewogen omdat zij lopend of met de fiets bereikbaar zijn. Dit zorgt er voor dat meer mensen de auto laten staan (en dus minder luchtverontreiniging, geluidsoverlast en verkeersproblemen). Goede functiemenging draagt tenslotte bij aan levendigheid en het ontmoeten van buurtgenoten. Woningen kunnen de ontwikkelingsruimte voor industriële of agrarische bedrijven beperken. Dergelijke bedrijven kunnen (bijv. door uitstoot van geur, geluid, stoffen) overlast, veiligheidsrisico's en gezondheidsrisico's met zich meebrengen. Dienstverlenende en MKB-bedrijven zoals bijv. detailhandel kunnen de levendigheid van een buurt juist vergroten en zorgen voor werkgelegenheid, waarbij aandacht voor de 'menselijke maat' van belang is om overlast te voorkomen.

Voorzieningen, wonen en werken zijn goed gemengd

Goed bereikbare voorzieningen, zoals zorg, winkels, ontspanning en scholen, en kleine detailhandel op korte afstand van woningen, stimuleert lopen en fietsen (en zorgt daarmee voor minder autoverkeer). Mensen bewegen daardoor meer. Het is dan wel belangrijk dat loop- en fietsroutes fijnmazig, direct, aantrekkelijk en (verkeers)veilig zijn en dat er geen barrières zijn zoals spoorlijnen of drukke wegen. Een slimme combinatie van functies in ruimte en tijd bevordert het gebruik ervan door meerdere doelgroepen. Functiemenging bevordert ook de sociale cohesie doordat mensen elkaar ontmoeten in de buurt. Dat houdt de buurt levendig, benut de schaarse ruimte optimaal en biedt ook lokaal werk.

	Dagelijkse voorzieningen en activiteiten zijn voor voetgangers en fietsers goed bereikbaar. Zorg voor aantrekkelijke, veilige routes met voldoende rustplekken voor ouderen en andere kwetsbare groepen.	Amsterdamse beweeglogica
	Voorzieningen voor kinderen, zoals school en speeltuin, zijn lopend of fietsend bereikbaar	Amsterdamse beweeglogica
	Creëer natuurlijke ontmoetingspunten zoals kleine detailhandel, scholen, speel- en sportvoorzieningen.	Gezond ontwerp wijzer
	Creëer meerwaarde bij het mengen van verschillende functies. Brede scholen vormen bijvoorbeeld een goede combinatie met kinderdagverblijven, gezondheidszorg en woningen.	Gezond ontwerp wijzer
	Gebruik de ruimte meervoudig, bijvoorbeeld met wonen boven winkels en parkeerplaatsen of een garage op het dak of onder een park. Wonen is ook goed te combineren met groen en water.	Gezond ontwerp wijzer
	Gebruik de ruimte dubbel in de tijd: een parkeervoorziening voor woningen én kantoren of een speelvoorziening voor school én buurt. Gebruik hierbij bijvoorbeeld: https://www.allesoversport.nl/artikel/tool-voor-het-opstarten-van-multifunctionele-accommodaties/	Gezond ontwerp wijzer
	Creëer sociale wijkvoorzieningen en ontmoetingsplaatsen, met activiteiten zoals markten en festivals.	Gezond ontwerp wijzer
	Kies in een stedelijke omgeving voor verdichten boven uitbreiden. Laat de uitbreiding van een stad of dorp goed aansluiten bij de bestaande wijken.	Amsterdamse beweeglogica, Gezond ontwerp wijzer

Houd overlastgevende bedrijven en woningen, scholen etc. op afstand van elkaar

Het gaat hierbij vooral om bedrijven met uitstoot van geluid, geur of stoffen, zoals industriële of

<p><i>agrarische bedrijven. Mensen kunnen ziek worden van ziekteverwekkers die dieren in de veehouderij bij zich dragen (zoönosen). Ook fijnstof en endotoxinen kunnen gezondheidsproblemen veroorzaken en mest kan tot geurhinder leiden. Ook grote dienstverlenende bedrijven kunnen leiden tot een onprettig leefklimaat met bijvoorbeeld een hoge parkeerdruk, eenzijdige voorzieningen (denk aan koffie- en lunchrooms) en weinig sociale controle 's avonds of in het weekend.</i></p>		
	Beschrijf in de omgevingsvisie en plannen de minimale afstand tussen grote bedrijven en gevoelige bestemmingen zoals woningen en scholen. Stel de ontwikkelruimte vast van bestaande bedrijven- en industrieterreinen. Doe dit samen met inwoners en bedrijven.	
	Betrek bewoners en bedrijven bij vergunningverlening door het vroegtijdig opzetten van een maatschappelijke dialoog tussen de vergunningaanvrager en omwonenden. Dit is een instrument om gezamenlijk tot een oplossing te komen in complexe vraagstukken.	Kennisplatform vee
	Houd bij planontwikkeling (nieuwe huizen of gevoelige bestemmingen of nieuwe veehouderijbedrijven) bij voorkeur een afstand van minimaal 250 meter aan tussen veehouderijen en een bebouwde kom of gevoelige bestemmingen (inclusief burgerwoningen)	Standpunt veehouderij GGD GHOR NL 2011
	Pas het principe van 'inwaarts zoneren' toe. De bedrijven die het meeste geluid of andere uitstoot produceren liggen dan in het centrum van het bedrijventerrein, zo ver mogelijk van woningen en scholen, de stillere en schonere bedrijven liggen aan de randen.	Gezond ontwerp wijzer
	Houd met verkeersstromen van- en naar het bedrijf rekening met omwonenden. Dit kan door middel van afspraken over bijv. (voorkeurs)tijden, route of type vervoermiddel.	
	Houd bij laden en lossen rekening met omwonenden. Dit kan door middel van afspraken over bijv. (voorkeurs)tijden, het uitschakelen van koelinstallaties/aggregaten of het toepassen van stillere (rubber)wielen of -apparaten.	GGD richtlijn lucht
	Ga met bedrijven om tafel om te bespreken of verbetering van de situatie mogelijk is. Het is goed om altijd te streven naar verbetering in plaats van normopvulling.	
	Richt een goed klachtenpunt in dat altijd bereikbaar is. Draag er zorg voor dat het klachtenpunt invloed kan uitoefenen op de overlast veroorzakende bedrijven (hetzij handhaving, hetzij terugvallen op eerder gemaakte onderlinge afspraken).	GGD richtlijn risicocommunicatie
	Houd rekening met blootstelling van kwetsbare groepen bij activiteiten op of met bedrijven (bijvoorbeeld kinderopvang op een agrarisch bedrijf).	
<p>Geef het goede voorbeeld <i>In de eigen organisatie (GGD, gemeente, andere overheid) zijn er ook keuzes die te maken hebben met functiemenging en overlastgevende bedrijven. Practice what you preach en geef het goede voorbeeld!</i></p>		
	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 mening 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 avonduren en weekend een prettige leefomgeving te waarborgen	
	Zorg voor goede handhaving en toezicht op bedrijven.	
<p>Bevorder participatie: betrek burgers bij planning, ontwikkeling, uitvoering, beheer en evaluatie</p> <p><i>Gebruikers zijn alleen tevreden over hun leefomgeving als deze aansluit op hun behoeften. 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 omgevingsplan, omgevingsvergunning of ontwikkelplan. Vroegtijdig samenwerken vergroot de kwaliteit van oplossingen en zorgt ervoor dat verschillende perspectieven, kennis en creativiteit direct op tafel komen (inspiratiegids participatie).</i></p> <p><i>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
	Gebruik in complexe situaties rondom veehouderijen het Beoordelingskader Veehouderij	Beoordelingskader veehouderij