

Beweegvriendelijke wijken

Quote

"Nederlanders in achterstandswijken gaan gemiddeld enkele jaren eerder dood en leven ruim tien jaar minder in goede gezondheid dan mensen in gemiddelde wijken."

De feiten

- Nederlanders in achterstandswijken gaan gemiddeld enkele jaren eerder dood en leven ruim tien jaar minder in goede gezondheid dan mensen in gemiddelde wijken.
- In de zogenoemde 'krachtwijken' sport 52% van de mensen niet, terwijl dat in de rest van Nederland maar 37% is.

Wat is het probleem?

Ruimte om te spelen, bewegen en sporten is van belang voor de jeugd om zich gezond te kunnen ontwikkelen. Daarbij gaat het zowel om de openbare ruimte als groene ruimte, schoolpleinen, playgrounds, trapveldjes, hangplekken en de stoep als om de nabijheid van sportparken en voorzieningen. In veel achterstandswijken nodigt de wijk niet uit om te bewegen, waardoor bewoners vaak of binnen blijven zitten, of de wijk uit moeten om te sporten of bewegen.

Als de wijk uitnodigt tot bewegen, gaan mensen ook vanzelfsprekend meer bewegen, gaan ze gezonder eten en tonen ze gezonder gedrag. Daarnaast zijn mensen meer betrokken bij hun eigen omgeving als deze uitnodigt tot bewegen, waardoor de leefbaarheid en de sociale contacten toenemen. Beweegvriendelijke wijken dragen zo niet alleen bij aan de gezondheid van de inwoners, maar ook aan participatie en integratie.

Wie loopt er risico?

- 0 - 20 jaar - 20 - 40 jaar - 40 - 60 jaar - 60+ jaar

Omschrijving:

alle bewoners van (vaak achterstands-) wijken die geen ruimte bieden voor beweging.

Hoe wordt het erger? Kan het worden voorkomen?

Mensen in achterstandswijken gaan gemiddeld enkele jaren eerder dood en leven ruim tien jaar minder in goede gezondheid dan mensen in gemiddelde wijken. Dit zal alleen maar toenemen als de wijken blijven zoals ze zijn, want een groot deel van het individuele gedrag van mensen wordt beïnvloed door hun fysieke en sociale omgeving. Oftewel: als je in een wijk woont waar je niet veilig kunt fietsen, wandelen, sporten en spelen, kost het veel moeite een actieve leefstijl te krijgen. Kinderen krijgen dan ook niet het goede voorbeeld in hun sociale omgeving.

Door wijken beweegvriendelijk in te richten zal er meer bewogen worden in de wijk, waardoor niet alleen de gezondheid van de bewoners toeneemt, maar ook de leefbaarheid en de sociale contacten.

Conclusie

- Mensen die wonen in een wijk die niet uitnodigt tot bewegen en daartoe niet is ingericht, gaan gemiddeld enkele jaren eerder dood en leven ruim tien jaar minder in goede gezondheid.
- Door de wijk zo in te richten dat sporten en bewegen vanzelfsprekend wordt, zal de gezondheid van de inwoners toenemen.
- Daarnaast zal ook de leefbaarheid in de wijk vergroot worden en zullen er meer sociale contacten ontstaan.
- Bewegvriendelijke wijken dragen zo ook bij aan participatie en integratie van de bevolking.

Casus: Speelplek in de wijk verdeelt buurt

Een groepje jongens tussen de 10 en 14 jaar speelt elke dag samen buiten. Het liefst spelen ze voetbal, maar er is in hun buurt nergens echt ruimte om dat te doen. Nu spelen ze hun partijtjes gewoon op straat, maar moeten ze elke keer stoppen als er een auto aankomt. Ook zijn de bewoners bang dat ze met hun spel hun auto's vernielen. Op een dag heeft de groep er genoeg van: ze willen een plek waar ze kunnen spelen! Ze besluiten de gemeente een brief te sturen met de vraag of ze een plek in de wijk kunnen maken waar alle kinderen kunnen spelen. Een aantal weken lang horen ze niks, tot er uiteindelijk een brief komt. Hierin staat dat de gemeente het op dit moment te druk heeft met andere belangrijker zaken en dat ze hun verzoek zullen behandelen als ze daar tijd voor hebben. De jongens zijn erg gedesillusioneerd als ze de brief hebben gelezen. De vader van één van de jongens besluit het er niet bij te laten zitten en belt de plaatselijke krant. Deze komt langs en plaatst een groot artikel over het ontbreken van speel- en recreatieruimte in de wijk en de lakse houding van de gemeente hierin. Ook wordt het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen gebeld door de journalist: NISB geeft aan dat de directe woonomgeving moet uitnodigen tot sport en bewegen. Gemeenten kunnen gebruik maken van diverse subsidiepotjes om achterstandswijken op deze manier op te knappen. Een dag later belt een ambtenaar om te vertellen dat ze toch bereid zijn om een plek in de wijk te creëren waar de jeugd kan spelen. Een paar weken later heeft de gemeente daadwerkelijk een plek uitgekozen: een vervallen parkeerplaats zal worden opgeknapt. De gemeente belooft een speeltuintje en een voetbalveldje aan te leggen. Een paar weken later is het zover: de speelplek wordt officieel geopend. Er wordt veel gebruik van gemaakt, niet alleen door de jongens en hun vrienden, maar ook veel door ouders die hun jonge kinderen in het speeltuintje laten spelen. De speelplek fungeert niet alleen als beweegruimte, maar heeft ook een grote sociale functie in de buurt. Mensen komen meer naar buiten en spreken elkaar regelmatig terwijl hun kinderen samen in het klimrek spelen. Er worden afspraken gemaakt over het gezamenlijk beheer van de speelruimte. De buurt leeft veel meer en is veel leefbaarder geworden.

Mogelijke dramatische insteek:

* Het verhaal over een buurt. Het nieuws dat de gemeente die buurt heeft uitgekozen voor een revolutionair stadsvernieuwingsproject gaat als een lopend vuurtje door de buurt. Bewoners mogen zelf met voorstellen komen over een paar thema's, waaronder 'bewegen in de wijk'. Initiatieven buitelen over elkaar heen. De discussies brengen haarscherp de onder de oppervlakte levende tegenstellingen en verschillende leefwijzen in de buurt aan het licht. We kijken achter de voordeuren en krijgen een genuanceerd beeld van de mens achter het politieke standpunt. Uiteindelijk komt er niets van het inspraakinitiatief terecht maar ontstaat er wel een voetbaltoernooi met barbecue.

Meer informatie

Maartje Kunen - adviseur bij Kenniscentrum Sport
0318 – 490 900

<https://www.kenniscentrumsport.nl>