

Een gezonde stad: meer dan fietspaden

Een praktische gids



POSAD MAXWAN

Inhoud

Intro	4
Basingrediënten:	
Kindvriendelijke steden	8
Nabijheid van voorzieningen	20
Gezonde voeding voor iedereen	36
Betaalbare huisvesting	54
Onze steden vergroenen	66
Colofon	
	78
Referenties	78

Gids voor de lezer

Beste lezer,

Met dit document willen we inzichten met je delen over het verband tussen onze gezondheid en ons welzijn, en de omgeving waarin we leven, werken en spelen. We hopen jou als lezer te inspireren en tot actie aan te zetten met vele praktische voorbeelden.

De gids bestaat uit vijf hoofdstukken. In elk hoofdstuk wordt een basisingrediënt van een gezonde stad behandeld.

Elk hoofdstuk is onderverdeeld in:

Je kunt het hele document lezen, of je kunt erdoorheen bladeren en alleen de uitdagingen, de impact op gezondheid & welzijn of de oplossingen per hoofdstuk lezen. Of je leest de intro's en bekijkt de infographics waarmee we de hoofdpunten samenvatten.

We hopen dat je net zo veel plezier beleeft aan het lezen van deze praktische gids als wij aan het schrijven ervan.

Vriendelijke groeten,
Het PosadMaxwan-team



Uitdaging

Wat is de stand van zaken op dit gebied?
Wat zijn de belangrijkste uitdagingen, en hoe is dit ontstaan?



Gezondheid & welzijn

Hoe verhoudt dit onderdeel, met de bijbehorende uitdagingen, zich tot onze fysieke en mentale gezondheid en ons welzijn?



Oplossing

Wat wordt er al gedaan om voor een gezondere leefomgeving te zorgen? Enkele praktische voorbeelden vanuit de hele wereld.



Welzijn als hoeksteen van stadsplanning

Een klimaatactieplan, een mobiliteitsplan, een smart cityplan – de moderne stad heeft een plan voor elke transitie. Maar heeft de stad een gezondheids- en welzijnsplan dat alle andere plannen integreert? Wie heeft het overzicht en zorgt dat al deze plannen ook daadwerkelijk tot een gezondere en meer leefbare omgeving leiden?

Tegenwoordig zijn stedenbouw en stadsontwikkeling nog te vaak gericht op infrastructurale en technologische oplossingen. De mogelijkheid bestaat dat we evolueren naar high-tech klimaatbestendige steden bewoond door ongezonde en ongelukkige mensen. Als dit gebeurt, wat hebben we dan precies gewonnen?



Wanneer we naar moderne steden kijken, lijken we vergeten te zijn dat we steden bouwen voor mensen. We zijn vergeten dat efficiënte mobiliteit en economische groei niet de ultieme doelen zijn. Het ware hart van een stad, of die nu oud of modern is, is het welzijn van iedere bewoner. De laatste decennia lijken we die focus kwijt te zijn geraakt. Hoe krijgen we die weer terug?

Gelukkig is het niet allemaal kommer en kwel. Er lijkt iets ten goede te veranderen. Parijs werkt er actief aan om een “15-minutenstad” te worden, waar elke bewoner binnen een kwartier lopen of fietsen vanaf zijn huis in al zijn basisbehoeften kan voorzien. Dit betekent gemakkelijke toegang tot gezond voedsel, onderwijs en werk, maar

ook tot cultuur en groen. Barcelona hoopt met ‘superblokken’ autovrije buurten te creëren met meer ruimte corona-voor mens en natuur. Om dezelfde reden heeft Amsterdam toegezegd een groot deel van de parkeerplaatsen in de straat geleidelijk op te heffen.

De ideeën van de Deense architect Jan Gehl over het herbouwen van steden met de bewoners voor ogen lijken door te dringen in allerlei aspecten van stedelijke ontwikkeling. Mobiliteit, vooral wandelen en fietsen, is het meest voor de hand liggende startpunt voor steden om een gezondere leefomgeving te creëren. Een uitstekend begin inderdaad. Maar daarmee is het niet klaar.

“Mobiliteit, vooral wandelen en fietsen, is het meest voor de hand liggende startpunt voor steden om een gezondere leefomgeving te creëren. Een uitstekend begin inderdaad. Maar daarmee is het niet klaar.”



Intro

De coronapandemie heeft de aandacht voor gezonde steden duidelijk vergroot en allerlei discussies en ontwikkelingen versneld. Honderden kilometers wandel- en fietsinfrastructuur zijn bijna van de ene op de andere dag aangelegd. De pandemie heeft ons echter ook de gevaren laten zien van de exponentiële toename van chronische aandoeningen.

"Hoe bouwen we gezondere steden en regio's?"

In Nederland lijdt een op de twee mensen aan minstens één chronische ziekte. Diabetes, hart- en vaatziekten, maar ook depressies en eenzaamheid blijven toenemen. Preventieve campagnes en medische oplossingen alleen zijn niet voldoende, omdat deze "leefstijlziekten" niet alleen worden veroorzaakt door genetische aanleg of gedrag. Ze worden ook sterk beïnvloed door de omgeving waarin we leven, werken en spelen.

De levensverwachting, en vooral het aantal gezonde levensjaren, kan sterk verschillen, afhankelijk van onze woonplaats en onze sociaaleconomische status.

Nu we de relatie hiertussen beter beginnen te begrijpen, kunnen we het ook beter aanpakken. Het gaat hierbij niet alleen over luchtverontreiniging en geluidsoverlast, maar ook over zaken als betaalbaar wonen, gezond eten en kortere reistijden. Al deze dingen hebben invloed op onze gezondheid en ons welzijn.

Hoe bouwen we gezondere steden en regio's? Hoe kunnen we ervoor zorgen dat stedelijke ontwikkeling weer draait om het welzijn van de bewoners? Naast het prioriteit geven aan een veilige en uitgebreide wandel- en fietsinfrastructuur, hebben een aantal andere factoren een grote impact op de gezondheid van de stad.

Enkele van de belangrijkste zijn:

- kindvriendelijk ontwerp
- nabijheid van voorzieningen
- toegang tot betaalbare gezonde voeding
- betaalbare woningen
- hoogwaardige groene en blauwe ruimtes

"Hoe kunnen we ervoor zorgen dat stedelijke ontwikkeling weer draait om het welzijn van de bewoners?"



In deze gids onderzoeken we de uitdagingen, de gevolgen voor de gezondheid en de praktische oplossingen voor elk van deze basisingrediënten. Het bouwen aan een gezondere stad begint bovenal met het stellen van de juiste vragen.

Niet "Hebben we genoeg speeltuinen?" maar "Kunnen in onze stad kinderen van alle leeftijden vrij en veilig rondlopen?" En bij elk project of besluit hoort de belangrijkste vraag te zijn: "Hoe verbetert dit de gezondheid en het welzijn van alle bewoners?"

Kind- vriendelijke steden

Veel kinderen over de hele wereld groeien op in kleine en volle appartementen met weinig of geen buitenruimte. Als ze buiten komen, zijn er weinig plekken voor hen om veilig te spelen en andere kinderen te ontmoeten. Dit is het ongelukkige gevolg van verschillende trends, samen met de [mythe dat gezinnen niet in steden wonen](#), die van invloed zijn op hoe we onze steden ontwerpen en bouwen. Er is een gebrek aan speelplekken, veilige reisroutes, goede scholen en betaalbare huisvesting. Onze steden zijn duidelijk niet ontworpen met de gezonde ontwikkeling van kinderen voor ogen.





Wat maakt een stad kindvriendelijk?

Er is een aantal basisingrediënten nodig voor een kindvriendelijke stad.

We nemen enkele van de belangrijkste onder de loep.

Een kindvriendelijke stad begint met betaalbare huisvesting. [San Francisco heeft bijvoorbeeld het laagste percentage kinderen onder de 18 jaar](#) van alle grote Amerikaanse steden. Dat is niet verwonderlijk, aangezien het een van de meest onbetaalbare huizenmarkten heeft, zelfs voor eenkamerappartementen, laat staan als je een huis met twee of drie slaapkamers nodig hebt.

Als een gezin in de juiste stad een betaalbaar huis vindt, is het belangrijk dat voorzieningen als scholen, kinderopvang en gezondheidszorg beschikbaar zijn op loop- of fietsafstand, en dat er op zijn minst goed openbaar vervoer is waarmee mensen zich kunnen verplaatsen, ook met een wandelwagentje en in de spits.



Loopafstand en nabijheid

Dit zijn sleutelfactoren bij het creëren van toegankelijke en veilige openbare ruimtes voor kinderen. Speeltuinen zijn een goed begin, maar het is ook belangrijk dat kinderen daar veilig vanuit huis naartoe kunnen lopen, net zoals ze naar school moeten kunnen lopen of fietsen. We moeten kindvriendelijke voorzieningen echter niet beperken tot speeltuinen. Die bedienen een specifieke leeftijdsgroep, en er is ook behoefte aan andere soorten openbare ruimtes, bijvoorbeeld plekken waar tieners kunnen rondhangen en plekken waar kinderen van elke leeftijd zich kunnen vermaken.



"Speeltuinen zijn een goed begin, maar het is ook belangrijk dat kinderen daar veilig vanuit huis naartoe kunnen lopen."

[De Crown Fountain in het Millennium Park](#) in Chicago is een mooi voorbeeld van een openbare ruimte die niet specifiek voor kinderen is ontworpen, maar interactie en spel voor elke leeftijd mogelijk maakt. Het bevordert van ontmoetingsplekken en van andere initiatieven, bijvoorbeeld via scholen, helpt verzorgers om zich verbonden te voelen met anderen en hun buurt te leren kennen en vertrouwen. Het kan sociaal isolement en postnatale depressies tegengaan doordat nieuwe ouders zich minder alleen voelen en doordat gezinnen zich gesteund voelen.

Omdat we deze ingrediënten niet genoeg aanbrengen in onze steden, heeft deze omgeving een steeds negatievere invloed op de ontwikkeling en gezondheid van kinderen. Een crisis als de coronapandemie verergert dit alleen maar.



Gezondheid
& welzijn

Wat kan stadsplanning doen voor kinderen?

De manier waarop we steden ontwerpen, heeft een grote uitwerking op de gezondheid en het welzijn van kinderen. Zo wordt astma veroorzaakt door luchtverontreiniging. Het verminderen van vervuiling, vooral rond scholen en in buurten met veel jonge kinderen, kan astma helpen voorkomen. Een slechte luchtkwaliteit is echter maar één van de factoren met een negatieve impact.

Geluidsoverlast bijvoorbeeld zorgt voor schadelijke effecten die vaak over het hoofd worden gezien. Een Duitse studie wees uit dat kinderen die naar school gingen in de buurt van een vliegveld slechter presteerden, en dat ze aanzienlijk betere resultaten haalden in een geluidsarme omgeving. Een dergelijke situatie heeft ook gevolgen op de lange termijn: deze kinderen beginnen hun leven al met een leerachterstand door de locatie van hun school.

Wanneer we steden ontwerpen waar kinderen van elke leeftijd actief kunnen zijn en vrij kunnen spelen en waarbij hun ouders zich geen zorgen over hen hoeven te maken, dan zijn de voordelen zowel fysiek als sociaal en emotioneel. De infographic hiernaast laat nog een aantal positieve gevolgen zien.

Niet alleen kinderen hebben baat bij een gezonde jeugd; het is ook goed voor de economie. Een vaak aangehaald citaat stelt dat ["hoogwaardige onderwijsprogramma's voor jonge kinderen een rendement van 4 tot 9 dollar per geïnvesteerde dollar kunnen opleveren."](#) Dit geldt voor onderwijsprogramma's, maar net zo goed voor ruimtelijke verbeteringen in de stad waarbij kinderen zich buiten het klaslokaal op een informele manier kunnen ontwikkelen.

Een stad waar kinderen van alle leeftijden een gelukkig en gezond leven kunnen leiden, komt ten goede aan de hele gemeenschap. Buurten en gemeenschappen waar kinderen de ruimte krijgen zijn beter bestand tegen extreme fenomenen als pandemieën, hittegolven of overstromingen, die in de toekomst alleen maar vaker zullen voorkomen.

"Een stad waar kinderen van alle leeftijden een gelukkig en gezond leven kunnen leiden, komt ten goede aan de hele gemeenschap."

THE IMPACT OF MOVEMENT AND PLAY ON CHILD DEVELOPMENT

"To grow up healthy, children need to sit less and play more"

<1 year



at least **30 minutes**
in prone position
(tummy time) spread
throughout the day

1-4 years



at least **180 minutes**
in a variety of types of
physical activities at
any intensity daily

5-17 years



at least **60 minutes**
of moderate - to
vigorous-intensity
physical activity daily

Physical activity and outdoor play help young people to:

PHYSICAL

develop **neuromuscular awareness** (i.e. coordination and movement control)
World Health Organization

develop a healthy **cardiovascular system** (i.e. heart and lungs)
World Health Organization

build a strong **immune system** through contact with soil
Let Grow

develop healthy and strong **musculoskeletal tissue** (i.e. bones, muscles and joints)
World Health Organization

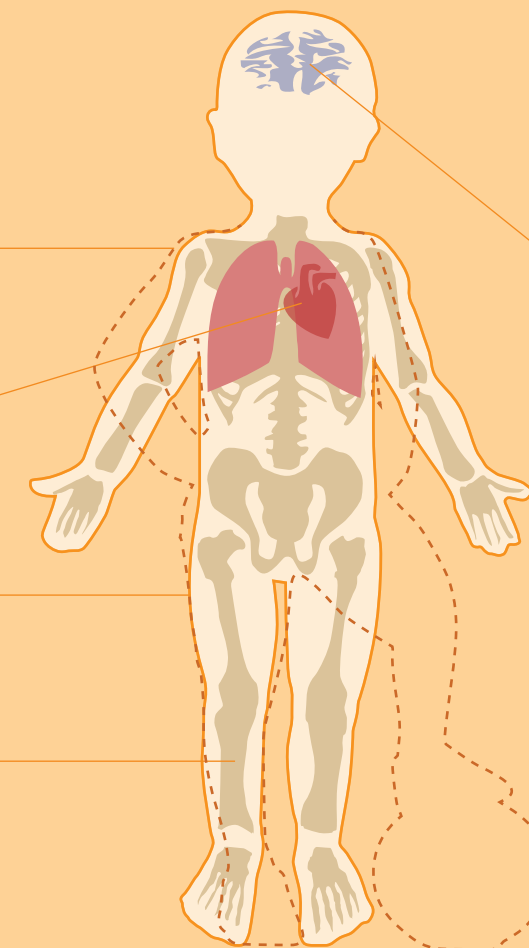
PSYCHOLOGICAL

develop social skills like **empathy, listening, and negotiating**
Harvard Graduate School of Education. Usable knowledge

lower stress levels, anxiety, and depression
World Health Organization

build **self-expression and confidence**
World Health Organization

enhance **creative thinking and other cognitive skills**
Harvard Graduate School of Education. Usable knowledge



“

Children who **don't get the chance to be outdoors** and play freely for at least one hour a day, have a much **higher chance of developing diabetes and obesity**

Child Health Centre, Auckland University of Technology

”

“

Walking or cycling to the school in the morning can raise **concentration levels for up to four hours**.

Handbook of Positive Psychology in Schools, 2014

”



Oplossing

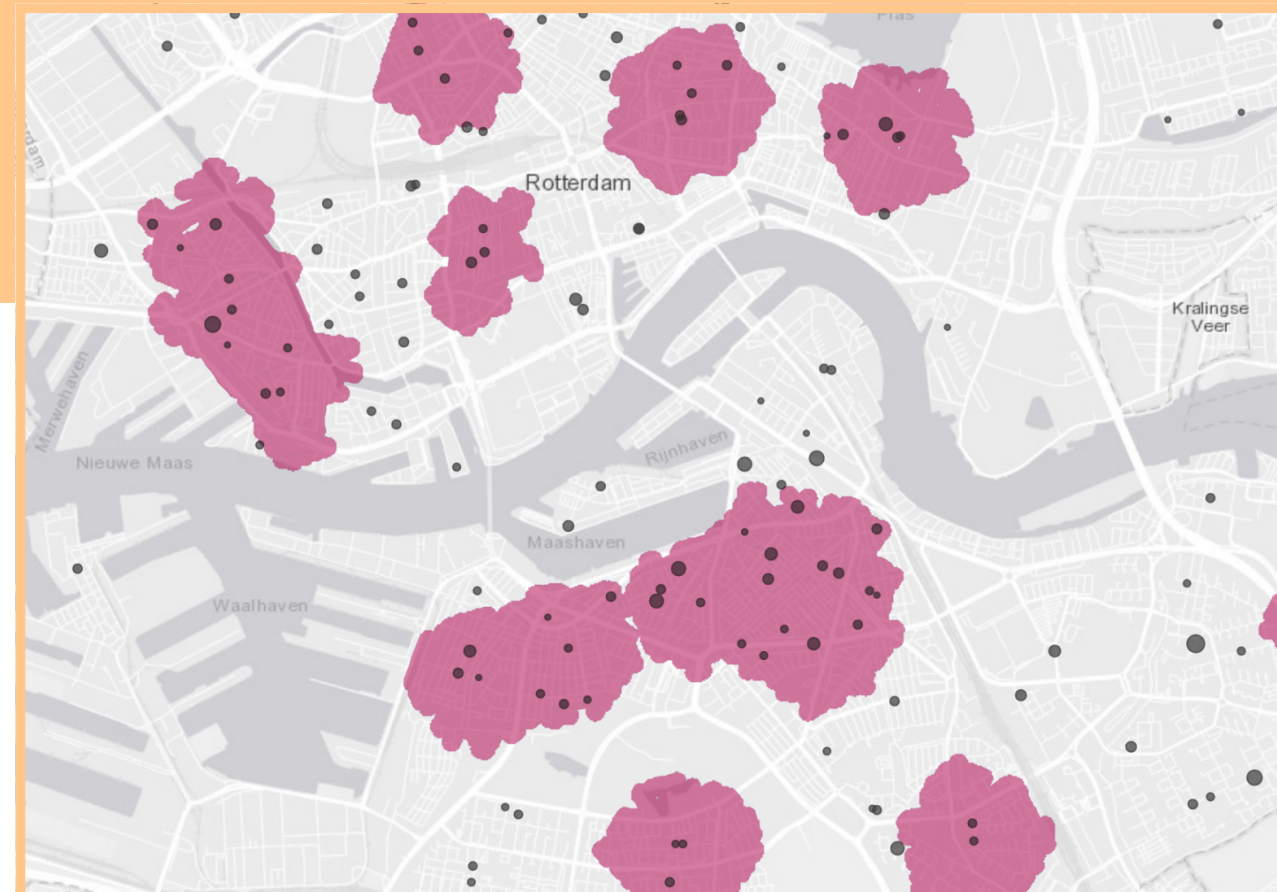
Hoe creëren we een kindvriendelijke stad?

Overall ter wereld zijn voorbeelden te vinden van steden die geschikter worden gemaakt voor kinderen. De toegepaste aanpak varieert van stadsbrede herstructurering tot placemaking, van strategische ingrepen tot veranderingen in planning en beleid.



Prioriteitszones voor kinderen in Bogotá

Een stad als [Bogotá](#) in Colombia heeft gekozen voor strategische interventies op basis van data-analyse. Bogotá stelde "prioriteitszones voor kinderen" in, geconcentreerd rond kinderopvangcentra, speeltuinen en gezondheidsklinieken. Bij deze plekken werden activiteiten gehouden om mensen bewust te maken en buurtbewoners samen te brengen. Een waaier van ingrepen werd voorgesteld, gelinkt aan het specifieke karakter van een locatie: veilige oversteeplekken bij scholen en parken, herbestemming van braakliggende terreinen om buurttuinen te creëren. Kennis opgedaan in proefprojecten werd gebruikt om andere buurten in de stad te transformeren.



"Het blijkt dat slechts de helft van de Rotterdamse basisscholen als goed beloopbaar voor kinderen kan worden beschouwd."

Scholen op loopafstand in Rotterdam

Verandering kan beginnen met iets eenvoudigs maar effectiefs als een kaart. In samenwerking met A.ZINE heeft PosadMaxwan een [interactieve kaart van Rotterdam](#) gemaakt die visualiseert hoe "beloopbaar" de basisscholen in de stad eigenlijk zijn. De kaart houdt rekening met indicatoren als een maximale loopafstand van 10 minuten, verkeersveiligheid, de kwaliteit van voetpaden, en de activiteit en sociale controle op straat. Het blijkt dat slechts de helft van de Rotterdamse basisscholen als goed beloopbaar voor kinderen kan worden beschouwd. Nu weet de stad precies waar ze actie moet ondernemen en hoe.



Oplossing

Een gemeenteraad voor kinderen in Tirana

[Tirana](#), de hoofdstad van Albanië, koos ervoor om kinderen een stem te geven door een “gemeenteraad voor kinderen” op te richten waar ze hun behoeftes en dromen konden uitspreken. Kinderen hebben het vaak onderschatte vermogen om hun ouders aan te zetten tot gedragsveranderingen, zoals overstappen van autorijden naar fietsen of lopen, en zelfs kiezen voor gezond eten. De infrastructuur van de stad moet hier echter wel op ingesteld zijn.

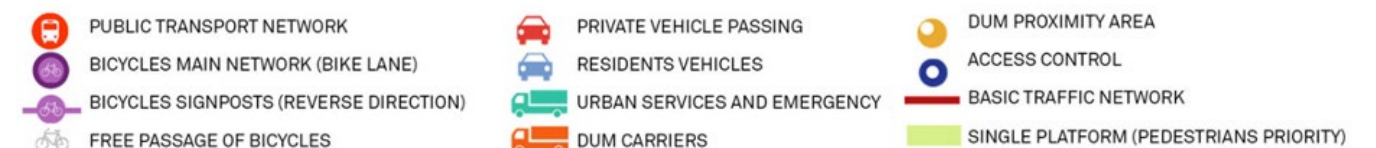
In Tirana hadden grote stadsuitbreidingen in de jaren negentig geleid tot een vermindering van de hoeveelheid open ruimte en tot meer privébezit van kinderfaciliteiten, waardoor ouders moesten betalen om hun kinderen in de buurt te laten spelen. Toen Tirana daarna ruimte voor voetgangers en voor openbaar gebruik terugclaimde en gratis openbare speeltuinen creëerde en groener werd door maatregelen als maandelijkse autovrije dagen, begon het stadsleven te veranderen van onbetaalbaar, geprivatiseerd en auto-georiënteerd naar leefbaar, groen en levendig.



Current Model



Superblocks Model



Stadsbrede herstructurering in Barcelona

[Barcelona](#) heeft gekozen voor een tactische benadering. Met een ambitieuze visie op ‘superblokken’, bedacht door Salvador Rueda, begon de stad aan een geleidelijke stadsbrede structurele transformatie. Het plan omvatte een herbestemming van de verkeersinfrastructuur in een deel van de stad dat uit achthoekige blokken bestaat. Elk superblok bestaat uit een groep van drie bij drie individuele blokken.

Daarbinnen is geen doorgaand verkeer, wordt ondergronds geparkeerd en is de maximumsnelheid verlaagd naar 10 km/u. Hierdoor ontstaat ruimte voor groen en voor gemeenschappelijke activiteiten als spelen en socializen.

Het herstructureringsproject begon met tijdelijke ingrepen als het veranderen van kruispunten in buurtpleinen met speeltuinen, plekken waar je kon picknicken en waar gezinnen elkaar konden ontmoeten of een drankje konden drinken. Later werden die plekken vervangen door permanente ontwerpen, voortkomend uit de behoeftes van de bewoners.

Dankzij deze superblokken kregen kinderen veilige speelplekken, konden ze zonder gevaar lopen of fietsen en leerden buurtbewoners elkaar kennen – allemaal zaken die goed zijn voor de fysieke en emotionele ontwikkeling van kinderen en tieners.

Kindvriendelijkheid veroorzaakt een rimpeleffect

Al deze gevallen hebben één ding gemeen: door onze steden ook geschikt te maken voor de jongste bewoners ontstaat meer ruimte voor voetgangers, worden geluidsoverlast en luchtvervuiling teruggedrongen, worden groen-blaauwe netwerken versterkt en wordt het buurtgevoel sterker. Op welke schaal we ook werken, er is altijd een positieve impact.

Het resultaat is een stedelijke omgeving die beter bestand is tegen klimaatverandering, een economische crisis of een pandemie – zaken waarmee we in de toekomst mogelijk vaker te maken zullen krijgen. Het herontwerpen van steden om die geschikt te maken voor kinderen komt de stadsbevolking als geheel ten goede, omdat het een kettingreactie in gang zet. Gezondere kinderen op gezondere scholen presteren beter en hebben daardoor op latere leeftijd meer kansen. En dat betekent een betere levensstijl en een schonere, veiligere en gezondere omgeving.

Door steden te ontwerpen voor kinderen kunnen we gezonde, veerkrachtige nieuwe generaties grootbrengen, die ten volle de kans krijgen om zich fysiek en emotioneel te ontwikkelen en om hun cognitieve vaardigheden te ontplooien.

Nabijheid van voor- zieningen

Het hebben van voorzieningen in de buurt betekent dat je tijdens een lockdown, wanneer je niet ver van huis gaat of geen gebruik wilt maken van het openbaar vervoer, toch nog toegang hebt tot alles wat je nodig hebt. Zoals velen van ons hebben meegemaakt, is dit momenteel lang niet in veel buurten het geval. Nu het gebruik van openbaar vervoer wordt ontmoedigd en niet iedereen een auto heeft, is het voor sommigen van ons onmogelijk geworden om toegang te krijgen tot alles wat we nodig hebben.





Waarom is nabijheid niet vanzelfsprekend?

Nabijheid in een verstedelijkte context betekent dat je niet per se een auto nodig hebt om toegang te hebben tot alle ondersteunende diensten die je nodig hebt om een goed en gezond leven te leiden. Het betekent dat je gemakkelijk toegang hebt tot gezond voedsel, werk, onderwijs en gezondheidszorg, maar ook tot vrijetijdsvoorzieningen zoals culturele instellingen, een fijne openbare ruimte waar je vrienden kunt ontmoeten of gewoon naar mensen kunt kijken, en een groene ruimte waar je kunt relaxen of sporten.

Nabijheid betekent dat zelfs als je niet naar al deze voorzieningen kunt lopen of fietsen, je in elk geval naar een OV-halte of -station kunt lopen en er met het openbaar vervoer kunt komen. Nabijheid is niet alleen van belang in dichtbebouwde steden, waar in de centra vaak al functiemenging voorkomt. Het is belangrijk op elke schaal van stedelijk leven: voor grote steden, maar ook voor buitenwijken en provinciesteden.

In onze oude steden was nabijheid de standaard. Omdat er geen manier was om ver en snel te reizen, moest alles min of meer op loopafstand zijn. Steden waren compact en druk.

Later, vooral na de introductie van de auto, vonden modernistische stedenbouwkundigen het logisch om de verschillende functies van de stad te scheiden. We creëerden aparte zones voor werken, wonen en winkelen, elk met hun eigen karakter.

Deze zones liggen vaak vrij ver uit elkaar, en je hebt een auto of het openbaar vervoer nodig om je tussen zones te verplaatsen. Hoewel het destijds een goed idee leek, beginnen we ons bewust te worden van de gevolgen van deze scheiding. Waarom is het zo belangrijk om terug te gaan naar gemengd gebruik? Wat gebeurt er als we het aspect nabijheid niet inbouwen in onze steden?

“Nabijheid is belangrijk op elke schaal van stedelijk leven: voor grote steden, maar ook voor buitenwijken en provinciesteden.”





Gezondheid
& welzijn

Welke gevolgen heeft een gebrek aan nabijheid voor ons?

Gemakkelijke toegang tot basisvoorzieningen is natuurlijk fijn. Maar is het ook echt noodzakelijk? Hoe erg is het als dit niet het geval is?

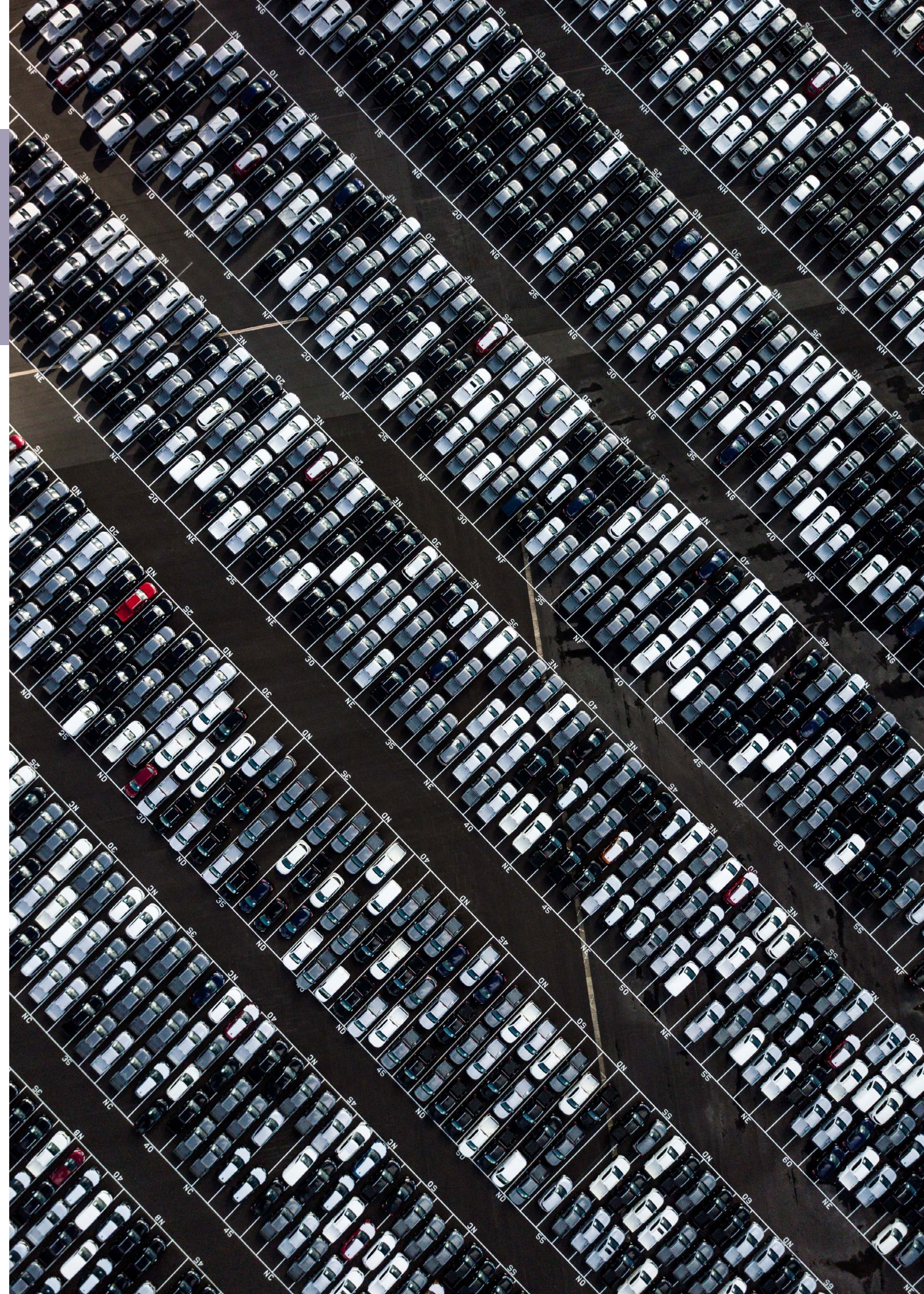
Een gebrek aan gezond voedsel in de buurt kan een voedselwoestijn creëren – een gebied waar niet iedereen een auto heeft en de dichtstbijzijnde supermarkt die betaalbaar gezond voedsel verkoopt meer dan anderhalve kilometer verderop ligt. Meer dan 2% van alle Amerikaanse huishoudens leeft in een voedselwoestijn, en [in het VK betreft het meer dan 1 miljoen mensen](#). In tegenstelling tot wat we vaak denken, gaat het hier niet alleen om zeer afgelegen gebieden. [Meer dan 80% van de betreffende huishoudens in de VS bevindt zich in grote steden als New York, Chicago en Detroit](#).

Mensen die in voedselwoestijnen leven, hebben veel meer kans op overgewicht en het ontwikkelen van aandoeningen als diabetes. Dit verhoogt op zijn beurt hun uitgaven voor gezondheidszorg, waardoor er minder geld overblijft voor gezonde voeding, zodat een vicieuze cirkel ontstaat.

In Nederland verbodt de overheid het aanleggen van nieuwe grote winkelcentra op snelweglocaties. Nederlandse supermarkten zijn meestal relatief klein en liggen in stadscentra. Ze bieden niet alleen toegang tot gezond voedsel voor een groot deel van de bevolking, maar genereren ook nuttig voetverkeer waardoor kleinere winkels in de omgeving kunnen overleven.

Ver van ons werk wonen leidt tot lange reistijden en [meer lichamelijke en geestelijke gezondheidsklachten](#). Lange tijd doorbrengen in de file verhoogt het adrenalin gehalte en de bloeddruk en geeft stress. Dit geeft op zijn beurt weer een groter risico op beroertes en hart- en vaatziekten. Maar woon-werkverkeer heeft ook invloed op het geestelijke welzijn en [veroorzaakt slaapproblemen en concentratieproblemen](#).

“Meer dan 2% van alle Amerikaanse huishoudens leeft in een voedselwoestijn, en in het VK betreft het meer dan 1 miljoen mensen.”





[Een Zweeds onderzoek](#) toonde zelfs aan dat lange reistijden naar het werk (meer dan 45 minuten per heen- of terugreis) de kans op echtscheiding met 40% vergrootte. Los van de directe gevolgen voor de gezondheid leidt woon-werkverkeer tot steeds drukere en viezere steden. Tijdens de eerste lockdown in 2020 werd in steden overal ter wereld een aanzienlijke daling van de luchtverontreiniging gemeten. Uit [een Britse studie](#) bleek zelfs dat de verbeterde luchtkwaliteit tijdens de lockdown 11.000 doden in Europa had voorkomen.

Een derde voorbeeld is onvoldoende openbare ruimte in de buurt. Nabijheid is niet alleen van belang voor voorzieningen, maar ook voor het contact met andere mensen. Wanneer we in buurten wonen zonder goede openbare ruimtes waar mensen kunnen vertoeven en met elkaar kunnen omgaan, voelen we ons vaak geïsoleerd en niet verbonden met de buurt. We voelen ons ook eerder onveilig omdat we onze buren niet kennen.

“Een onderzoek toonde zelfs aan dat lange reistijden naar het werk de kans op echtscheiding met 40% vergrootte.”

[In de VS zegt slechts 50% van de mensen het gevoel te hebben dat ze hun buren kunnen vertrouwen](#). Deze situatie veroorzaakt of versterkt eenzaamheid, angst en depressie. Het zorgt er ook voor dat ouders nog minder geneigd zijn om hun kinderen buiten te laten spelen. In het hoofdstuk over kindvriendelijke steden bespraken we al hoe dit hun ontwikkeling negatief beïnvloedt. Er zijn echter verschillende initiatieven ontplooid om de openbare ruimte terug te winnen, waaronder het [City Repair Project](#) in de VS en de wereldwijde placemaking-beweging.

Dit zijn slechts enkele voorbeelden van hoe onze gezondheid en ons welzijn ongunstig worden beïnvloed als we geen rekening houden met de factor nabijheid. Wat kunnen we, naast het terugbrengen van supermarkten naar de buurt en het beperken van reistijd voor woon-werkverkeer, nog meer doen? Hoe kunnen we nabijheid inbouwen in de stad?





Nabijheid in de praktijk gebracht

Veel steden over de hele wereld erkennen het belang van het concept nabijheid. Elke stad heeft zijn eigen strategieën voor het zogenaamde **chrono-urbanisme**, stadsontwikkeling die zich richt op het bieden van alle dagelijkse voorzieningen binnen 15 tot 20 minuten loopafstand van je huis.

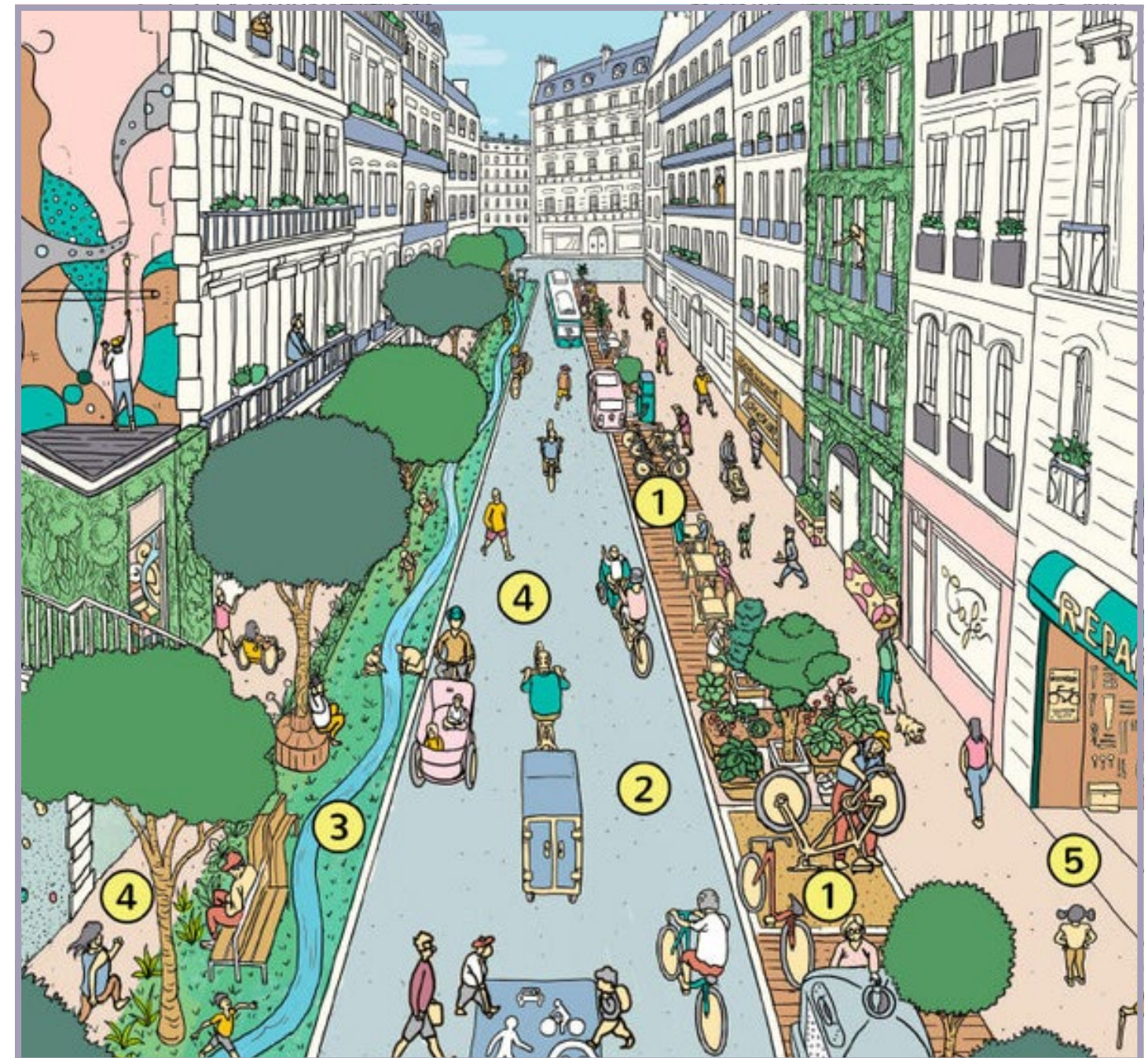
Ottawa neemt stappen richting intensivering door [woonclusters te creëren met scholen, supermarkten, openbaar vervoer, parken en bibliotheken in de buurt](#). Zo wil ook Portland deze functies toevoegen aan [betaalbare woonwijken](#). Paris voert het concept nog verder door. De stad streeft naar een mix van zes functies binnen 15 minuten loopafstand: [wonen, werk, voeding, zorg, onderwijs en ontspanning](#).

Dit kan zowel binnen één gebouw plaatsvinden (kantoren combineren met scholen, of gezondheidscentra met cafés) of door kleinere versies van deze functies dichterbij te brengen in 'burgerkiosken'. Dit zijn wijk-knooppunten beheerd door de gemeente die diverse kleinschalige diensten aanbieden. Als een volledige chrono-urbanismestrategie wat te veel lijkt in één keer, kan een kiosk of wijkknooppunt een goede manier zijn om dit op kleine schaal uit te proberen.

Parijs wil ruimte maken voor dit initiatief door [72% van de parkeerplaatsen op straat](#) uit het stadscentrum te verwijderen. De gewonnen ruimte kan worden gebruikt om de straat aantrekkelijker te maken door bredere trottoirs, zitgelegenheden buiten, groen, water en een grotere biodiversiteit. Door de afname van het autoverkeer kunnen sommige kruispunten worden omgevormd tot pleinen voor voetgangers. Sommige van deze interventies zullen permanent zijn; andere, zoals een autovrije schoolzone, zijn alleen van kracht tijdens schooluren.

Uit onderzoek blijkt keer op keer dat voetgangers het meeste geld uitgeven en daarmee de economie stimuleren. Een wandeltempo nodigt uit tot etalages kijken, en voetgangers geven vaak geld uit aan dingen die ze zien liggen en leuk vinden.

"Parijs wil ruimte maken voor dit initiatief door 72% van de parkeerplaatsen op straat uit het stadscentrum te verwijderen."





Oplossing

Wijkknooppunten: pop-ups in de buurt

Een neighborhood hub, een wijkknooppunt, brengt openbare en particuliere pop-upvoorzieningen naar de buurt en versterkt banden tussen buurtbewoners. Het is een plek waar je een boek kunt afhalen dat je hebt besteld bij een centrale bibliotheek, waar je je kunt aanmelden voor een buurtvoetbalteam, of waar je een of twee keer per week kunt werken op een gedeelde werkplek.

Kantoren, ziekenhuizen en bibliotheken verschijnen hier niet in hun traditionele vorm, maar in een kleinere versie: als een flexwerkplek, een vergaderruimte, een dokterspraktijk, een leeszaal van de bibliotheek gekoppeld aan een café. Op sommige plekken gebeurt dit al zo. De coronalockdowns hebben aangetoond dat werken op afstand mogelijk is, en bedrijven als [Facebook](#) denken er al over na om dit tot een permanente optie te maken voor sommige personeelsgroepen.

Het is echter belangrijk dat werken op afstand samengaat met een heroverweging van het welzijn van de werknemers, aangezien thuiswerken vaak leidt tot een gebrek aan frisse lucht en vitamine D, een toename van psychische klachten en minder ontmoetingen met anderen, met als gevolg meer eenzaamheid en depressie.



“Minder kantoorruimte kan het best worden gecombineerd met meer externe werkplekopties.”

Het verminderen van centrale kantoorruimtes kan dus het best worden gecombineerd met het toevoegen van externe werkplekopties. Een wijkknooppunt is een plek waar bewoners dagelijks langskomen. Stads-brede diensten zoals pakketbezorging en deelauto's of deelfietsen kunnen daar ook worden gesitueerd, omdat ze daar profiteren van de aanwezigheid van grote aantallen mogelijke gebruikers.

De bewoners van de buurt kunnen er ook op veel manieren van profiteren. Stel je een zonnige lentedag voor. Je wilt planten kopen voor op je balkon. Je loopt naar het wijkknooppunt op twee minuten afstand, huurt een e-bakfiets en rijdt naar de tuinwinkel. Je haalt aarde, potten en planten, zet alles af bij je huis en je brengt de bakfiets terug naar de buurthub.

Terwijl je hem op slot zet bij het laadstation, kom je je buurman tegen, die je uitnodigt voor een straatvoedselmarkt die in het weekend plaatsvindt. Zo kan het delen van een dure technologie als e-bakfietsen ook het buurtgevoel stimuleren.

Een wijkknooppunt is niet per se een enkel gebouw of een kiosk. Het kan een cluster zijn rond een openbare verzamelruimte, zoals een oud stadsplein, waar zowel de gemeente als particuliere organisaties pop-up- of satellietdiensten kunnen aanbieden.

“Een wijkknooppunt brengt openbare en particuliere pop-upvoorzieningen naar de buurt.”



Oplossing



De wedergeboorte van het winkelcentrum

Er is grote winst te behalen op plekken die decennialang weinig met nabijheid te maken hadden: winkelcentra. Winkelcentra hebben het moeilijk. Een onderzoek van Credit Suisse schat dat [25%](#) van de winkelcentra in de Verenigde Staten tussen 2017 en 2022 zal sluiten. Chrono-stedenbouw kan deze plekken weer nieuw leven inblazen door ze om te vormen tot voetgangersvriendelijke gebieden met een gemengd gebruik – nieuwe centra voor de omliggende woonwijken. Een mooi voorbeeld is Villa Italia. Dit voormalige winkelcentrum van 130.000 m² in een buitenwijk van Lakewood, Colorado, werd opgedeeld in 22 blokken, wat een kleinschalig soort stadsdistrict oplevert in plaats van de enorme winkelmonoliet die het daarvoor was.

Tegenwoordig herbergt de locatie [kantoren, groene zones, een kunstwerk, winkels en 1.300 woningen – eengezinswoningen, luxe woningen en koop- en huurappartementen](#). Een gratis pendelbus verbindt de wijk met een nieuw lightrailstation, waardoor mensen van buiten gestimuleerd worden om hun auto te laten staan.

Een soortgelijke transformatie vindt ook plaats in Europa. [In de Bogaard](#) in Rijswijk, een van de eerste moderne winkelcentra van Nederland, wordt momenteel omgevormd van een half-leegstaand winkelcentrum naar een levendige op voetgangers gerichte buurt met gemengd gebruik. 20.000 m² aan winkelruimte wordt verwijderd, en er komen 2.000 nieuwe woningen bij, samen met aanvullende voorzieningen.

Het plan voorziet in een autovrije buurt die zal dienen als een tweede stadscentrum, met levendige lanen, pleinen, parken van verschillende grootte en tuinen op daken en op de begane grond. De omvang van de buurt en het autovrije karakter bieden veel ruimte voor beweging, zoals joggen en spelen op straat.

“Een onderzoek schat dat 25% van de winkelcentra in de VS tussen 2017 en 2022 zal sluiten.”

Nabijheid zorgt voor sterkere buurten en bruisende steden.

Er zijn veel manieren waarop we nabijheid kunnen inbrengen in onze buurten: van het creëren van ruimte om te wandelen en te fietsen tot wijkknooppunten en ideeën over werk. Nabijheid is veel meer dan het openen van winkels in een buurt. Het gaat over een andere kijk op het aanbieden van voorzieningen en op hoe en waar mensen werken en elkaar ontmoeten.

Onze buurten en steden moeten ons toegang geven tot de mix van functies die Parijs nastreeft: huisvesting, werkgelegenheid, winkels, zorg, onderwijs en levensgeluk. Het mooie is dat we op veel verschillende fronten kunnen beginnen – bijvoorbeeld vanuit mobiliteit, door meer ruimte te bieden aan voetgangers en fietsers.

Gezonde voeding voor iedereen

Een gezonde stad kan niet bestaan zonder voedszaam eten voor iedereen. We hebben allemaal brandstof nodig om een gezond en goed leven te leiden. Tijdens de coronacrisis van 2020 is de vraag bij voedselbanken in [Europa](#), [Canada](#) en de [VS](#) met 10 tot 50% toegenomen. Dit laat zien van hoe weinig geld veel mensen moeten rondkomen. Maar zelfs in betere tijden is voedselzekerheid een groeiend probleem, zowel in westerse steden als elders.





Uitdaging

Waardoor wordt voedselzekerheid bepaald?

Voedselzekerheid is een complex begrip dat aan veel aspecten van de samenleving raakt. Het wordt bepaald door de organisatie van de voedselwaardeketen en door de hoeveelheid grond die beschikbaar is voor de landbouw. Stedelijke uitbreiding kan bijvoorbeeld ernstige gevolgen hebben voor de resterende hoeveelheid productieve landbouwgrond.

Landbouwgrond staat ook onder druk door een aantal andere transitie, zoals veranderingen in de energieproductie, een opwarmend klimaat, en dalende gewasopbrengsten door bodemuitputting. Het gaat echter niet alleen om landbouwgrond. Huisprijzen, toegang tot het openbaar vervoer en bestemmingsplannen spelen ook een rol bij voedselzekerheid. In veel steden geven gezinnen een steeds groter deel van hun inkomen uit aan huisvesting en vervoer, waardoor er minder overblijft voor de rest, waaronder gezonde voeding.

Voedselzekerheid gaat echter niet alleen over betaalbaarheid, maar ook over toegankelijkheid. Meer dan 2% van alle Amerikaanse huishoudens woont in een voedselwoestijn of een voedselmoeras, net zoals meer dan 1 miljoen mensen in Groot-Brittannië. Voedselwoestijnen zijn gebieden waar niet iedereen een auto heeft en de dichtstbijzijnde supermarkt met betaalbaar gezond voedsel meer dan anderhalve kilometer verderop ligt. In voedselmoerassen overheerst het aanbod aan ongezonde eetgelegenheden.

"Meer dan 2% van alle Amerikaanse huishoudens woont in een voedselwoestijn of een voedselmoeras, net zoals meer dan 1 miljoen mensen in Groot-Brittannië."





Gezondheid
& welzijn

Op welke manier is voedsel- onzekerheid schadelijk?

Of het nu om rijke of om arme steden gaat, bijna elke stad ter wereld heeft te maken met voedselonzekerheid en enige vorm van 'malnutrition', slechte voeding. [In lage- en middeninkomensregio's](#) is ondervoeding vaak het grootste probleem, wat zorgt voor een laag geboortegewicht en groeiachterstand bij kinderen, waardoor ze al vroeg in hun ontwikkeling op achterstand worden gezet.

De economisch sterker ontwikkelde landen of regio's worden eerder gekenmerkt door voedselonzekerheid, wat sterk verbonden is met overgewicht en obesitas. Op sommige plekken in deze regio's is betaalbaar gezond voedsel moeilijk te krijgen, terwijl er voldoende goedkoop fastfood beschikbaar is. Helaas levert fastfood veel calorieën maar weinig voedingswaarde. Door lege calorieën te consumeren, hebben mensen geen honger, maar lopen ze wel risico op een tekort aan voedingsstoffen.

Vooral kinderen en adolescenten lopen gevaar, omdat zij vitamines, mineralen, vezels en gezonde vetten nodig hebben voor hun lichamelijke ontwikkeling. Er is een sterk verband tussen overgewicht bij kinderen en de beschikbaarheid van fast-

food binnen een straal van 400 meter rond scholen. Als goedkoop fastfood makkelijk verkrijgbaar is, is dat de voor de hand liggende keus.

Maar voedselonzekerheid en ongezonde voeding hebben niet alleen gevolgen voor de gezondheid en ontwikkeling. Ze hebben ook invloed op de economie en houden armoede in stand door een [lagere productiviteit](#), [slechte cognitieve functies](#), [leerstoornissen](#) en [hogere zorgkosten](#). Uit onderzoek blijkt dat niet ontbijten, soms uit geldgebrek, tot slechtere schoolprestaties bij kinderen leidt en een lagere productiviteit bij werknemers. Als een kind lange tijd ondermaats presteert, kan dit een blijvende leerachterstand veroorzaken.

**"Als goedkoop fastfood makkelijk
verkrijgbaar is, is dat de voor de hand
liggende keus."**



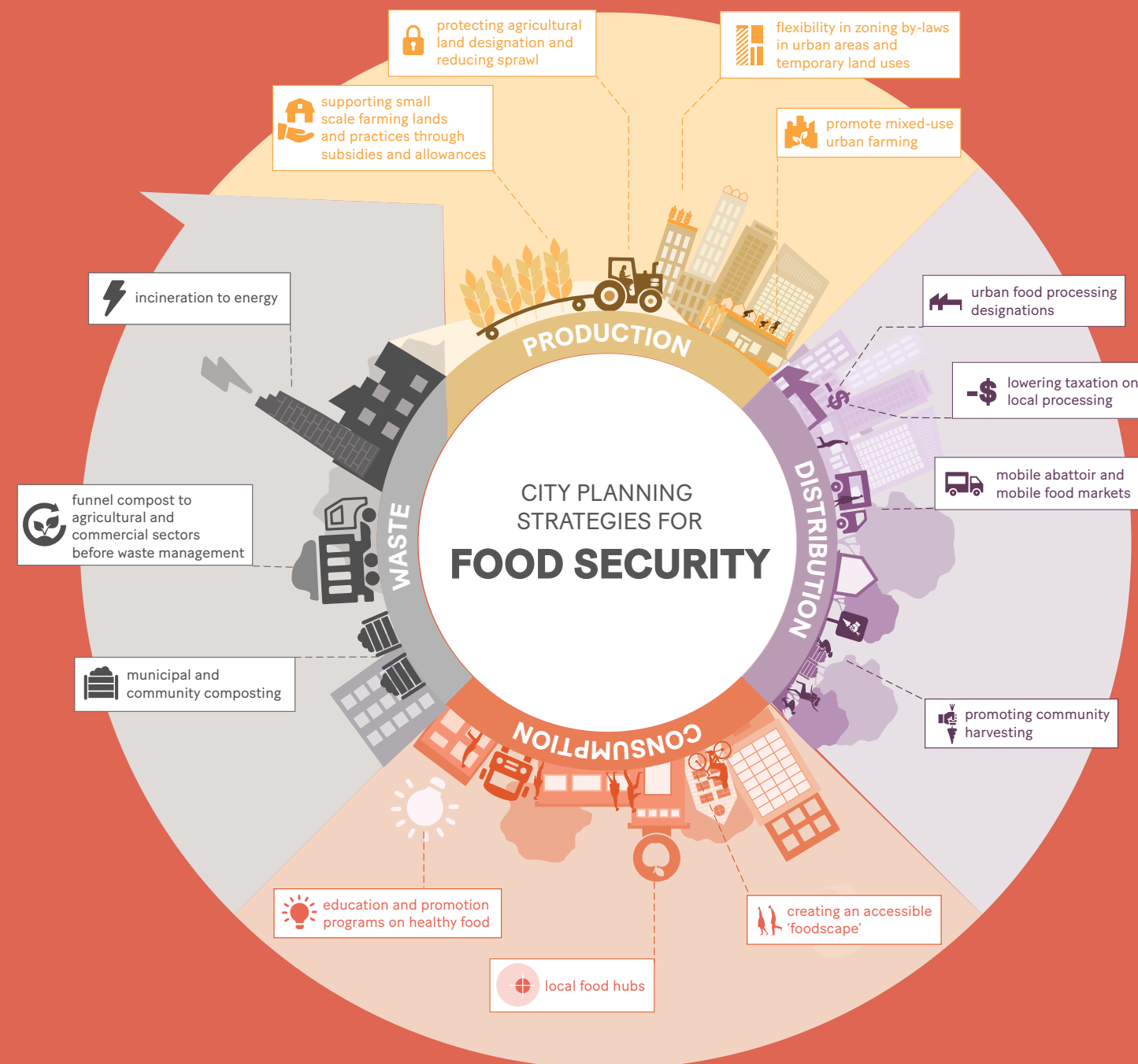


Oplossing

De weg naar voedselzekerheid

Het voedselsysteem wordt steeds meer beschouwd als een integraal onderdeel van onze steden, net als vervoer en huisvesting. Voedsel is een complex onderwerp, maar stedelijk beleid en ruimtelijke ordening kunnen een belangrijke rol spelen bij het vormgeven van de voedselcyclus en de relatie tot onze huisvesting, werkplekken, openbare ruimtes en openbare instellingen.

Er zijn veel voorbeelden van steden en organisaties die aantrekkelijke oplossingen hebben gevonden om voedselonzekerheid aan te pakken. Wat kunnen we doen op stedelijk niveau? De afbeelding hiernaast geeft enkele ideeën over wat stedelijk beleid en planologie kunnen doen bij elke fase van de voedselwaardeketen.





Oplossing

Productie

Hoewel gecentraliseerde industriële voedselproductie goedkopere producten oplevert en de markt domineert, is het vaak niet de gezondste of duurzaamste optie. Lokale voedselproductie kan leiden tot een duurzamer, gezonder en veerkrachtiger voedselnetwerk. Schaarste aan ruimte, arbeidskosten en ruimtelijk beleid maken landbouw in de nabijheid van de stad en de consumenten echter tot een moeilijkere en duurdere optie.

Hoe kan planning helpen?

Stedelijk beleid kan direct en indirect bijdragen aan het bevorderen van de lokale voedselproductie. Bestemmingsplannen kunnen de grootte van boerenbedrijven sturen, om zo flexibele voedselproductie in de nabijheid van de stad mogelijk te maken. De uitbreiding van buitenwijken naar landbouwgrond kan worden verminderd en stadslandbouw kan worden bevorderd door flexibele bestemmingsplannen, of het daarbij nu gaat om meer traditionele stadsboerderijen, [hightech verticale boerderijen](#) of overdekte boerderijen, zoals Seven Steps to Heaven in Eindhoven.

Bestemmingsplannen kunnen ook voor braakliggende terreinen de mogelijkheid bieden tot tijdelijk gebruik als landbouwgrond, of voor leegstaande gebouwen een bestemming als overdekte verticale boerderij.

"Stedelijk beleid kan de uitbreiding van buitenwijken naar landbouwgrond verminderen."

Wat wordt er al gedaan?

Bij de [Stichting Eemstadboerderij](#), een lokale stadsboerderij in Amersfoort, kan iedereen een aandeel of abonnement kopen en profiteren van de groente-, bloemen- of eieroofst.

De [Voedsel- en Landbouworganisatie](#) van de VN ondersteunt buurten in Medellín, Colombia, bij de aanleg van buurttuinen. Meer dan 7.500 gezinnen verbouwen nu hun eigen voedsel, met de mogelijkheid om wat ze overhouden te verkopen. Omdat het project zo'n succes is, promoot Colombia nu soortgelijke projecten in het hele land.

"Meer dan 7.500 gezinnen verbouwen nu hun eigen voedsel."

[Detroit](#) is de grootste producent van in de stad geteelde producten in de VS, met een grassroots-netwerk van meer dan 1.400 stadsboerderijen. 70% van de lokale bevolking is obees of te zwaar, en het gebrek aan gezonde producten is een probleem. De stadslandbouwbeweging pakt niet alleen de beschikbaarheid van voedsel aan, maar creëert ook een sterker buurtgevoel, veiligere buurten en banen.





Oplossing

Verwerking

Net als bij de voedselproductie worden kleine en middelgrote voedselverwerkende bedrijven uit de markt gedrukt door grote internationale concurrenten. Lokale voedselproducenten worden vaak geconfronteerd met hoge onroerendgoedbelastingen als ze hun producten op de boerderij willen verwerken, waardoor ze gedwongen worden om hun producten naar verafgelegen centrale verwerkingsbedrijven te sturen. Zo worden Nederlandse en [Belgische garnalen](#) helemaal naar Marokko gestuurd om te worden gepeld en vervolgens weer teruggeïmporteerd voor consumptie.

Hoe kan planning helpen?

Steden zouden hun beleid moeten richten op het bevorderen van verwerkingsfaciliteiten in de stad of op landbouwgrond dicht bij de stad. We kunnen hierbij denken aan mobiele slachthuizen en kitchen incubators, broedplaatsen voor food start-ups. Dit kan worden bereikt via bestemmingsplannen die voedselverwerking in stedelijke gebieden mogelijk maken, belastingvoordeel bieden aan lokale verwerkingsbedrijven en door bewoners te betrekken bij het beschikbaar stellen van vers voedsel.

Wat wordt er al gedaan?

[Een Duits mobiel abattoir](#) houdt vleesverwerking lokaal en vervangt de supermarkt als tussenverkoper, zodat de voedselwaardeketen kort blijft.

[Pluk!](#) Groenten van West is een tuinderij in Amsterdam waar iedereen tegen een jaarlijkse vergoeding elk weekend zijn eigen voedsel kan oogsten. Dit is slechts één voorbeeld van talloze vergelijkbare initiatieven over de hele wereld.

“Stedelijk beleid kan verwerkingsfaciliteiten in de stad bevorderen zoals mobiele slachthuizen en kitchen incubators.”





Oplossing

Distributie en consumptie

In ons hoofdstuk over nabijheid stelden we al dat een buurt in al onze basisbehoeften op loopafstand zou moeten voorzien. Dit is vooral belangrijk wanneer het gaat om gezond, betaalbaar en plaatselijk geproduceerd voedsel. Hoewel biologische supermarkten en boerenmarkten populair zijn in bepaalde buurten, zijn ze vaak nogal aan de prijs.

Maar het veranderen van iemands dieet hangt niet alleen af van beschikbaarheid en prijs. Het wordt ook beïnvloed door het lokale **'foodscape'**: de plek waar openbare ruimte, het openbare leven en eetruimtes samenkomen. Vooral kinderen en jongeren zijn hier vatbaar voor. Als zij op zoek zijn naar een snelle hap en een plek om rond te hangen en de goedkoopste en dichtstbijzijnde optie is een fastfoodrestaurant, dan zullen ze daar elke dag naartoe gaan.

Hoe kan planning helpen?

Mobiele voedselmarkten en 'van-boer-tot-bord'-initiatieven kunnen betaalbaar, gezond en plaatselijk geproduceerd voedsel naar achtergestelde buurten brengen. Beleid kan deze initiatieven stimuleren door ruimte en vergunningen beschikbaar te stellen. Voor foodscapes kunnen concrete richtlijnen zoals die hiernaast, uit een onderzoek van de Deense [Gehl Studio](#), worden opgenomen in beleids- en projectvoorstellen.

Wat wordt er al gedaan?

In de jaren negentig was Belo Horizonte in Brazilië een van de eerste steden die een [uitgebreid voedselzekerheidsplan](#) opstelde en dit integreerde in de stedelijke ontwikkeling. Het aanstellen van een wethouder voor voedsel- en voedingszekerheid veranderde alles. Deze benadering wordt nu nog steeds beschouwd als een wereldwijde best practice.

Location	 Close proximity to where physical activity takes place	 Walking distance from home and/or school	 Accessible day and night
Environment	 Varied seating options for large and small groups	 Access to sheltered outdoor spaces	 Safe and secure protected from traffic, noise, crime etc.
	 Colourful and interesting aesthetic	 Ability to take ownership	 Ability to be spontaneous active or passive
Offering	 Welcoming and accepting staff	 Affordable food options	 Varied ways to stay opportunity to bring own food, buy to stay or take-away, stay with friends who buy

In Toronto heeft de YMCA een [oogst-deelprogramma](#), waarbij een deel van de oogst van de biologische YMCA-boerderij wordt geleverd aan YMCA's in de stad, waar leden het elke week kunnen ophalen. Het project brengt het concept van-boer-tot-bord naar een omgeving met veel kwetsbare groepen, en verbindt het met voedingsvoorlichting via YMCA-jeugdkampen waarbij de deelnemers helpen op de boerderij.

[Mobiele voedselmarkten](#) duiken op in heel Noord-Amerika. In Washington, DC bijvoorbeeld brengt een oude schoolbus duurzame lokale landbouwproducten naar scholen, parken, kerken en seniorenwoningen in achtergestelde buurten. Bijna de helft van de producten wordt verkocht aan klanten die afhankelijk zijn van een of andere vorm van voedselhelp.



Oplossing

Afval

Steden hebben vaak weinig mogelijkheden om voedselafval op een duurzame manier in te zamelen en te verwerken. Als we echter voedselafval bekijken als een voedselbron en de voedselwaardeketen als een circulair proces, dan kunnen afvalinzameling en hergebruik zeer interessante toepassingen opleveren.

Wat wordt er al gedaan?

[Community Composting](#), een composteerbedrijf uit Rochester, New York, zamelt al het organisch afval van zijn leden in voor hergebruik in het nieuwe plantseizoen. Het bouwt een goede gewoonte op voor de inwoners, vermindert de hoeveelheid afval die gestort wordt, verrijkt de bodem en reduceert de uitstoot van broeikasgassen.

[Een gezamenlijk project van Canadese winkeliers en voedselbanken](#) levert bijna 6 miljoen kilo voedsel per jaar voor gebruikers

van de voedselbank. Dit voedsel zou anders worden weggegooid en op de stortplaats terechtkomen.

Champignons kweken op koffiedik is een schoolvoorbeeld van circulaire voedselproductie en wordt al door veel telers gebruikt. Op de broedplaats voor circulaire economie Blue City in Rotterdam kweekt RotterZwam op deze manier oesterzwammen. Dit is slechts één voorbeeld van hoe voedselafval weer een voedselbron kan worden.



Planologie is een belangrijk onderdeel van de voedselzekerheidspuzzel.

Nu een steeds groter deel van de stedelijke bevolking te maken krijgt met voedselonzekerheid, kunnen we de rol die stedelijke planologie hierbij kan spelen niet langer negeren. Als we gezonde steden willen, zal toegang tot betaalbaar en voedzaam eten een cruciaal onderdeel van het verhaal moeten worden.

Hele gemeenschappen en culturen zijn opgebouwd rond voedsel. Lokaal geproduceerd gezond voedsel kan banen creëren, de buurt versterken en kinderen een goede start in het leven bieden. Om de overgang naar gezond voedsel in onze steden te bevorderen, moet elk onderdeel van de voedselwaardeketen worden verbeterd, zodat iedereen toegang heeft tot de gezonde voedingsstoffen die we allemaal nodig hebben.

Betaalbare huisvesting

In India veroorzaakte de eerste lockdown in maart 2020 een massale migratie van steden terug naar plattelandsdorpen, toen informele werkers probeerden te ontsnappen aan de slechte leefomstandigheden en de overvolle sloppenwijken. In Noord-Amerika verhuisden studenten terug naar huis, omdat ze geen woning meer konden betalen toen hun tijdelijke baan verdween. En in Toronto vond in april een [huurstaking](#) plaats, al na twee weken lockdown, wat laat zien hoe onbetaalbaar huisvesting is voor grote groepen stadsbewoners. Dan hebben we het nog niet eens over de [1 miljard mensen die in informele nederzettingen](#) als sloppenwijken en vluchtelingenkampen wonen voor wie 'thuisblijven' een onmogelijke opdracht is.



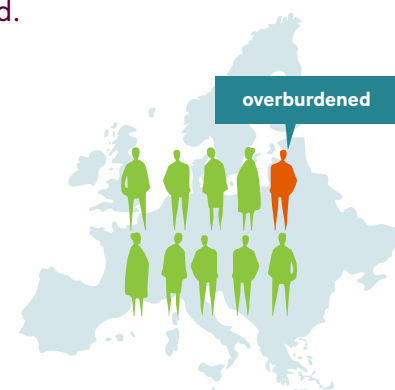


Wat verstaan we onder onbetaalbare huisvesting?

Betaalbare huisvesting wordt over het algemeen gedefinieerd als een woning waarbij de bewoner niet meer dan 30% van zijn of haar inkomen kwijt is aan bruto woonlasten, dus huur en nutsvoorzieningen. Onderstaande infographic laat de ernst van de situatie zien.

Meer dan [de helft van de Amerikaanse bevolking](#) betaalt meer dan dat, en 20% van de Amerikanen besteedt zelfs meer dan de helft van hun inkomen aan wonen. In Europa classificeert Eurostat huurders als te zwaar belast wanneer ze 40% van hun besteedbare inkomen aan huur moeten besteden. Volgens deze definitie heeft [1 op de 10 Europeanen geen toegang tot betaalbare huisvesting](#).

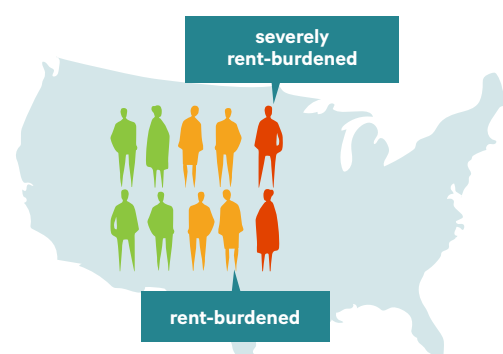
Betaalbaarheid gaat echter over meer dan die 30% of 40%. Betaalbare huisvesting zou ook moeten betekenen dat je in staat bent om de uitgaven te bekostigen die komen kijken bij het wonen in een bepaald gebied.



Percentage of income spent on housing:

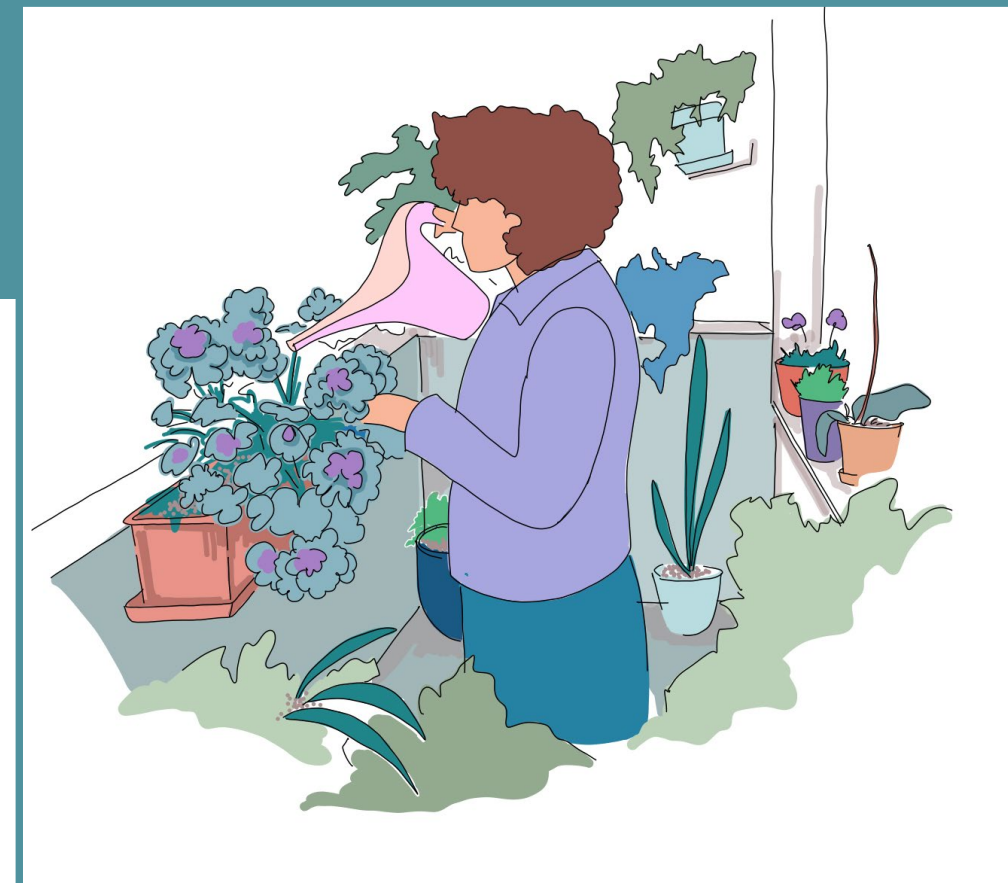
- below 40%
- over 40%

Je kunt misschien een woning betalen, maar als je in dat gebied een of twee auto's nodig hebt of sterk afhankelijk bent van het openbaar vervoer om naar je werk of naar school te gaan, wordt het uiteindelijk al een stuk minder betaalbaar. In Toronto bedragen [de gemiddelde kosten van huisvesting, nutsvoorzieningen en vervoer](#) samen al ongeveer 50% van het [mediane inkomen](#). Maar wonen in een betaalbaardere buitenwijk waarbij je elke dag naar de stad moet forenzen brengt weer zijn eigen gezondheidsproblemen met zich mee, zoals we zagen in het hoofdstuk over nabijheid.



Percentage of income spent on housing:

- below 30%
- 30 - 50 %
- over 50 %



Wie wordt het zwaarst getroffen?

Het bezitten van een eigen huis zorgt voor stabiliteit en stelt ons meestal in staat om vermogen op te bouwen. Het draagt bij aan ons economisch welzijn en aan onze levenskwaliteit. Nu [woonlasten echter sneller stijgen dan het inkomen](#), worden steeds meer mensen uitgesloten van deze cruciale springplank. De [bevolkingsgroepen](#) die hier vooral mee te maken hebben, zijn jongeren, migranten en de werkende armen. Maar ook de middenklasse heeft het moeilijk. Hun inkomen ligt boven de sociale huurgrens, maar is vaak te laag om een huis te kopen.

Toch zijn middeninkomensgroepen van [cruciaal belang voor een bruisende stad](#). Via de onroerendgoedbelasting zorgen ze voor inkomsten voor de lokale overheid, en vaak zijn ze actieve consumenten die een groot deel van hun inkomen uitgeven aan de lokale middenstand.

Het is een betrokken groep die de lokale overheid aanspreekt bij een gebrek aan hoogwaardige buurtvoorzieningen als parken, bibliotheken, scholen en vervoer. Betaalbare huisvesting is geen marginaal probleem. Het treft een snelgroeiend deel van de bevolking en heeft aanzienlijke gevolgen voor gezondheid en welzijn.

“Middeninkomensgroepen zijn cruciaal voor een bruisende stad.”



Gezondheid
& welzijn

Wat zijn de gevolgen van onbetaalbare huisvesting?

Het vinden van een dak boven je hoofd maakt nog geen einde aan het probleem. De kwaliteit van dat dak is net zo belangrijk. Gemiddeld – en zeker tijdens de coronapandemie – brengen we meer dan de helft van onze tijd thuis door. Dit betekent dat geen enkele andere omgeving meer invloed heeft op je gezondheid dan je eigen woning: meer dan je kantoor met airconditioning, je auto die vaststaat in de file op een vervuilde snelweg, of een overvolle trein. Slechte levensomstandigheden hebben niet alleen een directe invloed op de fysieke en mentale gezondheid, maar kunnen ook indirect je relaties met anderen en je positie in de samenleving belemmeren.

Vanwege de kosten moeten mensen vaak genoegen nemen met huisvesting van mindere kwaliteit, waarbij ze meer worden [blootgesteld aan gezondheidsrisico's](#). Krappe, volle woningen verhogen de kans op infectieziekten, terwijl slechte hygiënische omstandigheden bijdragen aan de ontwikkeling van chronische ziekten. Vocht en schimmel, waar [meer dan 10% van de EU-burgers](#) last van heeft, kunnen luchtweginfecties, hoofdpijn en misselijkheid veroorzaken.

Stof verergert allergische reacties, en extreem hoge binnentemperaturen dragen bij aan prikkelbaarheid en onverdraagzaamheid, terwijl lage temperaturen angst en depressies kunnen veroorzaken. Ook heeft [een kwart van de inwoners van hoogontwikkelde landen](#) als Duitsland en Nederland te maken met lichtvervuiling en

geluidsoverlast, wat chronisch slaapgebrek, hart- en vaatziekten en psychische problemen kan veroorzaken. Dit zijn slechts enkele voorbeelden van directe gezondheidseffecten van woningen van lage kwaliteit. En wanneer woonkosten het grootste deel van iemands inkomen opslorpen, veroorzaakt dat weer indirecte schade, doordat moet worden bespaard op andere vlakken, zoals voedsel of gezondheidszorg.

Huisvestingsomstandigheden kunnen ook grote invloed hebben op persoonlijke relaties en beroepsmatige prestaties. [Jongeren stellen de beslissing om een gezin te stichten vaak uit vanwege problemen met huisvesting](#). Wanneer iemand geen betaalbare woonruimte kan vinden in de buurt van werk of familie, kan dat ertoe leiden dat iemand zijn professionele ambities opgeeft of sociaal geïsoleerd raakt door verslechterende familiebanden.

“Huisvestingsomstandigheden kunnen ook grote invloed hebben op persoonlijke relaties en beroepsmatige prestaties.”

Financiële verplichtingen en een gebrek aan alternatieven dwingen mensen om in disfunctionele relaties te blijven omdat ze anders geen plek hebben om te wonen. Dit werd zichtbaar in de [toename van huiselijk geweld tijdens de lockdown van 2020](#). Bijna levenslange hypotheeklen ontmoedigen mensen om van baan te veranderen en dwingen hen om hun pensioen uit te stellen.

Het is duidelijk dat betaalbare huisvesting om meer gaat dan alleen geld. Het heeft ook een aanzienlijke invloed op gezondheid en welzijn. Het is een belangrijke basis van andere aspecten van een gelukkig en gezond leven, zoals voeding, onderwijs en sterke sociale contacten.





Oplossing

Hoe kunnen we huisvesting betaalbaarder maken?

Hoewel betaalbare huisvesting een complex probleem is dat verschilt van stad tot stad, spelen enkele factoren een belangrijke rol: demografische veranderingen als vergrijzing en bevolkingsgroei, en huisvestingskosten die sneller stijgen dan inkomens. Het gevolg is vaak een mismatch tussen vraag en aanbod. Waarom kunnen we niet voldoen aan de stijgende vraag?

Sommige steden worden geplaagd door extreme speculatie op de huizenmarkt, waarbij investeerders opzettelijk woningen van de markt houden om de prijzen op te drijven. Soms leidt schaarste aan bouwgrond tot hogere prijzen, of beperken landgebruik of bestemmingsplannen de ruimte voor nieuwe woningen. Toch zijn er veel mechanismen die een stad kunnen helpen om betaalbaar te blijven en armoede en dakloosheid op afstand te houden. De infographic hiernaast laat zien wat er kan worden gedaan en hoe steden concrete actie hebben ondernomen.



“Stijgende huizenprijzen zijn het gevolg van een mismatch tussen vraag en aanbod, onder andere veroorzaakt door demografische veranderingen.”

AFFORDABLE HOUSING INSTRUMENTS

Buying or renting a home is becoming unaffordable for a growing segment of the population globally. What are some measures we can take to increase affordability for all?



LAND ACQUISITION



ZONING & REGULATION



FUNDING HOUSING



DESIGN & DEVELOPMENT COSTS



CREDIT FINANCING

REDUCING HOUSING DEVELOPMENT COSTS

SUPPORTING THE RENTER



Land pooling

Land owners exchange their land for a smaller one of equal worth, so their original land can be developed



Partnerships between land trusts and municipal land banks

Acquiring vacant land and preparing it for development

Hunziker Areal, Zurich

To enable the creation of a community housing built by a nonprofit housing cooperative - Mehr als Wohnen - the city of Zurich bought 4 ha of post-industrial land and made it available for development under favourable conditions.



City vision

Putting affordability on the agenda



Real estate market report

Understanding housing stock



Socially just land use

Unlocking the land for development, recapturing the increase in land value



Transit-oriented development

Ensuring access to jobs and amenities



Algorithmic zoning

Incentives for developers to maximize vibrancy



Inclusive zoning and mixed-use development

Mix of income levels, proximity to jobs and services



Misappropriation ban

Regulating Airbnb, holiday homes



Milieu protection

Preservation of urban character and population



Land price control

Selling or leasing the land under favourable conditions to housing associations offering affordable housing

Amsterdam housing agenda

Amsterdam aims to match housing demand and supply, by aiming for 40% regulated rent, 40% middle income and 20% expensive homes. Plans assume the creation of 1.500 middle-income homes per year.



Tax incentives, grants or exemptions for developers

Development of certain property types or development in designated areas



Municipal housing association

Nonprofit organisations developing affordable housing



Object-based subsidies

Financing community-based organisations that develop and manage affordable housing



Minimizing bureaucracy

Costs induced by building codes



Technological innovations

e.g. 3D printing, robot bricklayers, self-driving bulldozers



Alternative construction materials

e.g. fly ash, cement-coated expanded polystyrene panels, cross-laminated timber and compressed earth blocks



Standardisation

Standardised parts, modular design, prefabricated structures, industrial building systems



Open building

Base building provided by a developer, fitted-out by occupants

WikiHouse

It is an open-source building system that allows to easily create customisable houses with modular elements, which are produced locally and can be easily (dis)assembled and reused.



Community citizen funds/trusts

Supporting community builders



Tenancy rights

The right not to be forcibly evicted



Subsidy recapture, retention

Keeping units affordable on resale



Token-based subsidy system

Subsidising underrepresented social groups in the community



Rent controls

Capping limits for rent increase and new letting



Different forms of tenure

Built-to-rent, shared ownership and shared equity ownership



Resale ban

Keeping subsidised housing stock



Housing allowances

Subsidies given to a tenant that increase his/her spending power



Relocation agency

Helping tenants to switch to a smaller/bigger apartment while keeping respective rents

Berlin

A rent control law within the non-public housing market was introduced, which assumes a 5-year rent cap at the level of 18 June 2019 as well as sets the maximum rent per square metre dependent on the building's standard, facilities, or completion year.

Less than half of US citizens has access to affordable housing.

One billion people live in informal settlements.



Oplossing

Krachtig overheidsbeleid in Singapore

Singapore heeft een van de hoogste percentages eigenwoningbezit ter wereld. Negen van de tien inwoners hebben een koopwoning, maar – en dit is uitzonderlijk – slechts één van die negen heeft het gekocht voor de commerciële marktprijs. Die persoon heeft meestal een hoog inkomen of is een expat. In de jaren zestig creëerde Singapore, een land met een uitzonderlijk hoog percentage miljonairs en uitgestrekte sloppenwijken, de [Housing & Development Board \(HDB\)](#), een overheidsinstantie die betaalbare huisvesting biedt, samen met een specifiek leningsbeleid. Appartementen worden aangeboden met een lease van 99 jaar, en het is verboden om meer dan twee woningen te bezitten of om een woning binnen vijf jaar na aankoop door te verkopen.

Singapore beschouwt [huisvesting als een sociale zaak](#) en benadert het altijd als onderdeel van een geïntegreerde placemaking-strategie. Elke nieuwe woonwijk is aangesloten op een OV-knooppunt en heeft voorzieningen als scholen, zorg en horeca. Een quotasysteem reguleert ook de etnische verdeling, zodat de etnische samenstelling van elk bouwblok een afspiegeling is van het landelijk gemiddelde. Een dergelijke sterke overheidsregulering werkt misschien niet overal ter wereld. Toch is dit een interessant voorbeeld van hoe het behandelen van huisvesting als een sociaal recht, in combinatie met een krachtige overheidssturing, een stad vooruit kan helpen.



Maximum huurprijs in Berlijn

Ongereguleerde woningmarkten zorgen altijd voor een tekort aan betaalbare woonruimte en een groot aanbod van dure woningen. Ze zijn meer afgestemd op investeerders dan op bewoners. Steden als New York, Wenen, Madrid en Amsterdam kampen aanhoudend met stijgende huurprijzen, wat een voortdurende aanpassing van hun beleid en controle op de woningmarkt noodzakelijk maakt zonder dat er een eenduidige oplossing is.

In 2017 stegen de huren in Berlijn [binnen een jaar met 21%](#), onevenredig hoog in vergelijking met de gemiddelde inkomensstijging. Berlijn pakte dit probleem aan door een huurwet in te voeren voor [de particuliere woningmarkt](#). Het bevroor de huurprijs van 18 juni 2019 voor een periode van vijf jaar, en stelde een [maximum huurprijs per vierkante meter](#) in, afhankelijk van de staat en ouderdom van de woning. De wet moet het evenwicht op de markt herstellen en moet voorkomen dat bewoners gedwongen zijn te verkassen van het stadscentrum naar goedkopere buitenwijken.

Een uit bewoners voortkomende oplossing in Zürich

Toekomstige bewoners kunnen ook zelf het heft in handen nemen, vanuit de aanbodzijde dus. Dit lieten de bewoners van woningbouwproject Hunziker Areal in de wijk Leutschenbach in Zürich zien. Het project werd bedacht door een non-profit coöperatie, [Mehr als Wohnen](#), waarin 55 kleinere woningcoöperaties zich hadden verenigd. De stad Zürich stelde onder gunstige voorwaarden vier hectare voormalig fabrieksterrein beschikbaar. De coöperatie bood 20% van de flats goedkoper aan voor gezinnen met een uitkering, en stelde de rest beschikbaar tegen een eerlijke maar niet buitensporige marktprijs.

Het ontwerp van het Hunziker Areal-project richtte zich op delen in plaats van bezitten. In een masterplan werd een aantal collectieve principes voorgesteld, die verschillende architecten later vrijelijk vertaalden in woonconcepten voor verschillende doelgroepen. Hierdoor heeft het project veel gemeenschappelijke ruimtes, zoals wintertuinen, gemeenschappelijke keukens, gedeelde werkplekken, werkplaatsen en daktuinen. Om te veel homogeniteit te voorkomen, omvat het project [allerlei bedrijfstypes](#), waaronder dans- en yogastudio's, bakkers en een kinderdagverblijf. Die trekken niet alleen klanten uit het woningcomplex zelf maar ook uit de rest van de stad en maken Hunziker Areal tot een levendig buurtje.

Betaalbaarheid kan worden aangepakt vanuit veel invalshoeken.

Een gebrek aan betaalbare woningen is een probleem in de meeste middelgrote tot grote steden. Dit wordt niet opgelost als we de marktwerking gewoon haar gang laten gaan. Gelukkig zijn er veel maatregelen die we kunnen nemen om de impact hiervan te verzachten, en die macht ligt niet alleen in handen van de stedelijke politiek. Projectontwikkelaars, banken, bouwbedrijven en stedenbouwkundigen spelen een rol. Bewoners en buurtgroepen kunnen eraan bijdragen door hun krachten te bundelen, zoals de leden van Mehr als Wohnen deden in Zürich.

Onze steden vergroenen

Naarmate steden compacter worden, neemt het gebruik van groene ruimtes snel toe. Wie geluk heeft, heeft een park in de buurt om in te relaxen en tot rust te komen. Maar voor velen is er simpelweg geen groen op loopafstand, of de kwaliteit ervan is slecht, of het is een overvol park met een drukke mix van volwassenen, jongeren, kinderen en honden en allesbehalve ontspannend. Het gebrek aan kwaliteitsgroen heeft de afgelopen decennia geleid tot een toenemende vervreemding van de natuur.



Wanneer we onze steden zonder natuur ontwerpen, of ten kosten van de omringende natuur, dan heeft dat niet alleen gevolgen voor het milieu, maar ook voor onze mentale en fysieke gezondheid.



Hoe we onze steden ten koste van de natuur hebben ontworpen

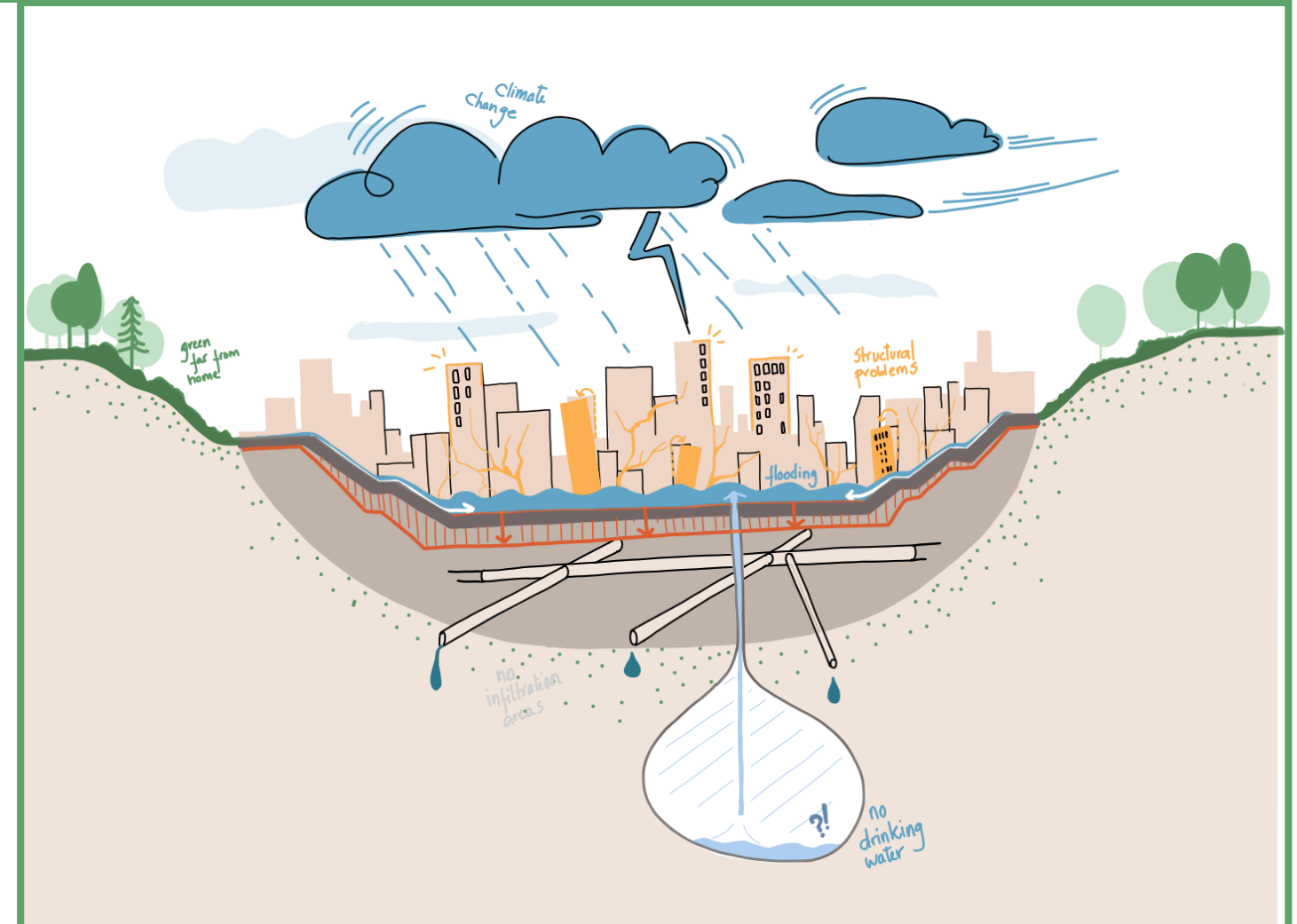
De afgelopen eeuw is de wereld snel verstedelijkt en zijn de samenleving, de landbouw en de technologie fundamenteel veranderd. Onze wereld werd mondialer, ons leven speelt zich steeds meer binnenshuis af, de open ruimte is afgebrokkeld onder de druk van stedelijke bebouwing en verkeer. Daarnaast hebben media en elektronische communicatie ons gedrag veranderd. De focus op groei heeft geleid tot een verschuiving van een plattelandseconomie naar een stedelijke economie. Steden werden de belangrijkste aanjagers en consumenten van deze groei.

[Nu meer dan 55% van de wereldbevolking in stedelijke gebieden woont](#), veranderen en consumeren onze steden de natuur in snel tempo om te voorzien in landbouwgrond en drinkwater en grondstoffen. Het gevolg: minder en verarmde natuur. Onze stedelijke uitbreidingen hebben geleid tot inklinking, uitdroging en overstromingen.

Mexico-Stad, ooit een natuurlijk paradijs, is een illustratief voorbeeld van de problemen die een gebrek aan hoogwaardige groen en blauw kan veroorzaken voor een stad. Het is nu een "paved paradise", terwijl de stad ooit een rijk systeem van rivieren en meren had. Na het droogleggen van de meren en het ondergronds verplaatsen van de rivieren om plaats te maken voor meer verstedelijking, staat Mexico-Stad nu voor een [paradoxaal probleem](#).

Het drinkwater raakt op, maar tegelijk kampt de stad met grote overstromingen. En in hun poging het drinkwatertekort op te lossen, creëert de stad een nieuw probleem. Het oppompen van grote hoeveelheden grondwater zorgt voor bodemdaling, wat onder meer leidt tot structurele instabiliteit van gebouwen en infrastructuur. Dit is een groeiend probleem in veel landen. In [Amsterdam](#) worden nu bomen geplant op kunstmatige funderingen om te voorkomen dat ze omvallen als de grond verder zakt. Ondertussen kan regenwater dat het drinkbare grondwater zou moeten aanvullen, niet wegzakken in de bodem vanwege ondoordringbare verhardingen.

"Onze stedelijke uitbreidingen hebben geleid tot inklinking, uitdroging en overstromingen."



Natuur in steden is meer dan alleen leuk omdat het er mooi uit ziet. Natuur is belangrijk omdat het veel essentiële functies vervult. Als die wegvallen, moeten we ze op een of andere manier vervangen, en dat kost altijd geld. De natuur biedt een cruciale bescherming tegen extreme weersomstandigheden en milieuvervuiling, van het vast-

houden van water en overstromingsbeheer tot het terugdringen van luchtverontreiniging en geluidshinder. Het verhoogt ook de economische waarde van woningen en van hele wijken. Maar de belangrijkste functie zou weleens het verbeteren van de gezondheid van de bevolking kunnen zijn.



Gezondheid
& welzijn

Welke invloed heeft gebrek aan natuur in steden op ons?

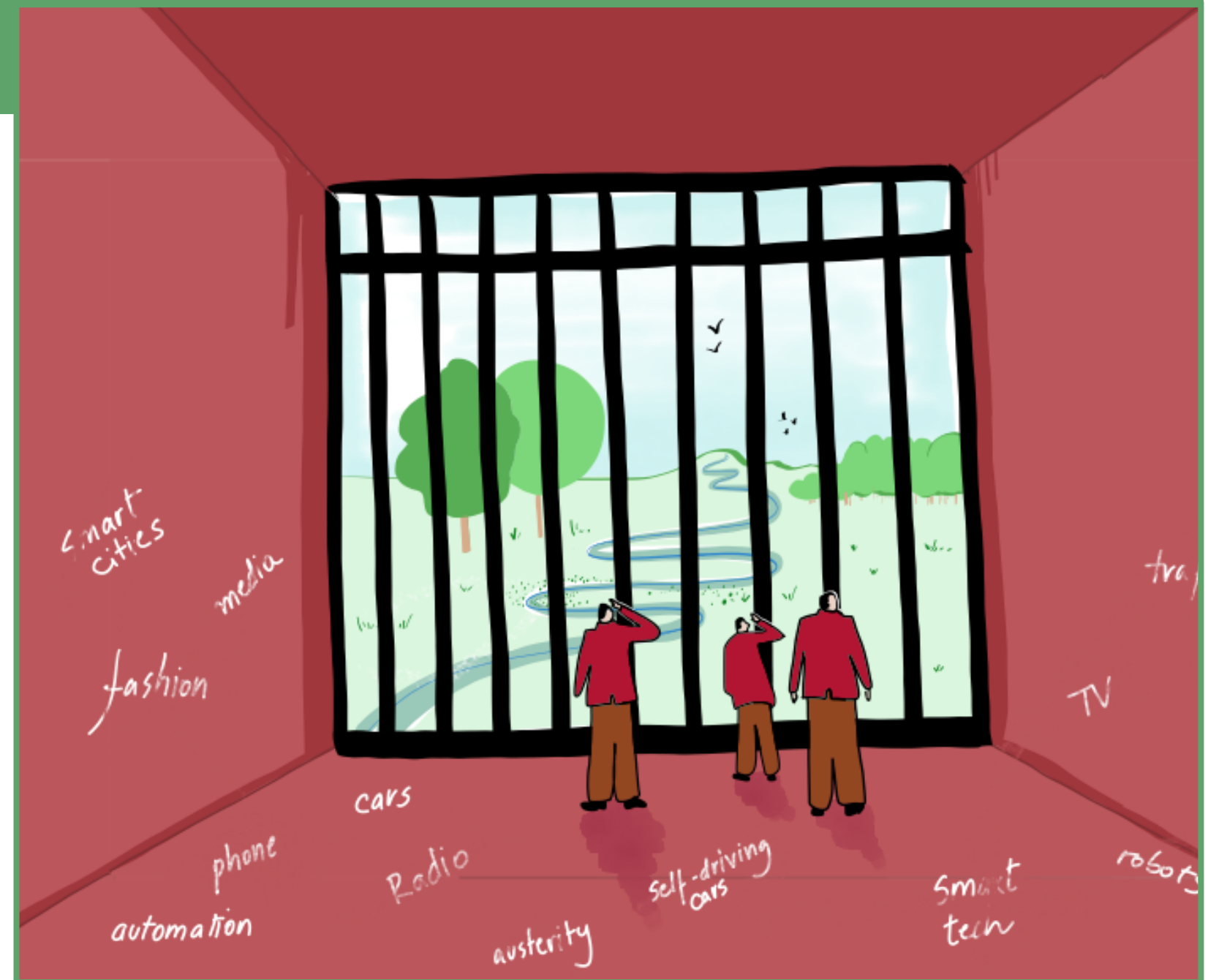
Ons gebrek aan hoogwaardig groen en onze veronachtzaming van bestaande waternetwerken hebben soms al tot ernstige gezondheidsrisico's geleid. In 2005 bedacht [Richard Louv](#) de term 'nature-deficit disorder', gebrek aan natuurbeleving, om mensen bewust te maken van de gezondheidseffecten van onze vervreemding van de natuur. Sindsdien wijst een groeiend aantal onderzoeken ons erop hoeveel we kunnen hebben aan het verbeteren van de groene en blauwe netwerken in en rond onze steden.

Hoogwaardige en veilige groene ruimte dicht bij je huis [vergroot je fysieke activiteit](#) en sociale interactie. En dit helpt mee om het risico op overgewicht en hart- en vaatziekten te verkleinen. Dit lijkt misschien een open deur, maar de gezondheidswinst gaat veel verder. Van een kleinere kans op [borstkanker](#) tot verminderde [agressie en gewelddadig gedrag](#) en een positieve impact op de ontwikkeling van kinderen. Kinderen die opgroeien met veel contact met de natuur hebben een betere [cognitieve ontwikkeling](#) en ervaren minder stress. Maar spelen in de modder helpt ook om een [sterker immuunsysteem](#) op te bouwen, en het verlaagt de kans op [psychische stoornissen](#) op latere leeftijd.

Gezien al deze voordelen is het geen wonder dat het Japanse ritueel van 'baden in het bos' (shinrin-yoku) elders is aangeslagen. In de jaren tachtig zagen de Japanners de voordelen in van wandelen ('baden') in het bos en begonnen ze dit in hun nationale gezondheidsprogramma op te nemen. Sindsdien zijn meer dan 62 gebieden in Japan officieel uitgeroepen tot '[bostherapiepaden](#)'.

Maar u hoeft niet per se een boswandeling te maken om baat te hebben bij de natuur. [Uit een Amerikaans onderzoek](#) bleek dat ziekenhuispatiënten die vanuit hun kamer een boom konden zien, aantoonbaar sneller herstelden dan patiënten die uitkeken op een blinde muur.

"Hoogwaardige en veilige groene ruimte dicht bij je huis vergroot je fysieke activiteit en sociale interactie."





Gezondheid & welzijn

Het herwilden van onze steden heeft ook andere, indirectere gezondheidsvoordelen. Wanneer we de natuur terugbrengen in de steden, heeft dit een positieve invloed op ons welzijn. Nu hittegolven vaker voorkomen, zullen de schaduw en het verkoelende effect van bomen ons beschermen tegen oververhitting en zonnesteek, wat een groeiend probleem zal zijn voor met name jonge kinderen en ouderen.

Door plannen te maken die rekening houden met het water in plaats van het alleen maar tegen te houden, kunnen we overstromingsrisico's verminderen en zo de kans op onhygiënische omstandigheden en de verspreiding van ziekten beperken.

Het wegzakken van steden veroorzaakt instabiliteit en zelfs instortingsgevaar van gebouwen en zorgt ervoor dat bomen omvallen, waardoor de hoeveelheid groen nog verder afneemt.

Het terugbrengen van de natuur in onze steden heeft veel directe en indirecte voordelen voor onze gezondheid. Het kan de zorgkosten verlagen en de productiviteit en de kwaliteit van ons leven verbeteren. Toch wordt herwilden vaak gezien als een leuk extraatje dat hoge onderhoudskosten met zich meebrengt. Steden zijn er vaak happiger op om een plein opnieuw te bestraten dan om meer bomen te planten. Dus hoe krijgen we dit voor elkaar, zodat we er de vruchten van kunnen plukken?

**“Het terugbrengen van de natuur
in de steden heeft een positieve
invloed op ons welzijn.”**





Het herwilderen van onze steden

Bryant Park, New York: gezamenlijke inspanning en investering

Wat 40 jaar geleden een no-go-area was, is tegenwoordig een levendig park in een van de duurste en dichtstbevolkte buurten van Manhattan. Het heeft terrassen, schaaktafels, hoogwaardig groen en het hele jaar door is er een breed scala aan activiteiten. En het was niet de gemeente die met het idee van de transformatie op de proppen kwam of die ervoor betaalde. Het waren lokale belangengroepen die het plan initieerden en de particuliere non-profitorganisatie Bryant Park Corporation (BPC) oprichtten, die verantwoordelijk is voor het beheer en de programmering van het park.

De BPC wordt o.a. gefinancierd door vastgoedbezitters, die begrijpen dat een hoogwaardig park de onroerendgoedprijzen verhoogt, en door restaurants die profiteren van meer voetgangersverkeer in en bij het park. BPC blijft experimenteren met het model, de programmering en het ontwerp om zich aan te kunnen passen aan veranderende behoeften en verworven inzichten. Het park is een prachtig voorbeeld van de impact die hoogwaardig groen kan hebben op een buurt en een vernieuwend model voor het realiseren ervan.



Prinzessinnengärten, Berlin: bottom-upbenadering

In de Berlijnse wijk Kreuzberg heeft een groep bewoners het heft in eigen handen genomen en een stuk braakliggend terrein veranderd in een gemeenschappelijke moestuin. Ze verbouwen er fruit, groenten en bloemen, maar wat nog belangrijker is: de tuin heeft gezorgd voor een sterke sociale cohesie en voor een buurtgevoel.

Er wordt in de tuin ook voorlichting gegeven over stadslandbouw en biodiversiteit in de steden van de toekomst. Maar bovenal toont het succes van dit project aan dat kleinschalige groene initiatieven even belangrijk zijn als grootschalige.



Parque Lineal La Viga, Mexico City: meerdere voordelen tegelijk

Het Parque Lineal La Viga in Mexico-Stad beslaat bijna 16.500 m² en werd in 2015 aangelegd om meerdere problemen tegelijk aan te pakken. Het ziet er misschien niet zo weelderig of groen uit, maar het is perfect ingesteld op het warme klimaat en de waterbeheerproblemen van Mexico-Stad. Het park moet overstromingen en drinkwatertekorten tegengaan en biedt verkoeling bij hittegolven. Het ligt op loopafstand voor 30.000 inwoners en is per openbaar vervoer in minder dan 30 minuten bereikbaar voor nog eens 4,6 miljoen inwoners.

De vele gebruikers van het park hebben de economische ontwikkeling van de omliggende kansarme buurten gestimuleerd. De sociale interactie en cohesie werden vergroot door de buurtbewoners uit te nodigen om het park mee te ontwerpen en door hen een hoogwaardige buitenruimte te bieden. Vanwege het succes van het Parque Lineal La Viga is de stad begonnen met het maken van een nog groter park in de dichtbevolkte achterstandswijk Iztapalapa.

Natuur is een hoeksteen van onze steden, niet een leuk extraatje.

De natuur heeft op talloze manieren waarde voor onze steden, van waterbeheer en afkoeling tot het verbeteren van onze geestelijke en lichamelijke gezondheid. Wanneer we de natuur uit de stad verdrijven, moeten we die nuttige functies vervangen door vaak dure alternatieven. Stedenbouw in harmonie met de natuur stelt ons in staat om al die voordelen te benutten en zo te besparen op andere oplossingen. Dus waarom blijven we natuur zien als een leuk extraatje?

Colofon

Auteurs

Ada Jaskowiec
Iulia Sirbu
Gintare Norkunaite
Martina Germanà
Marianne Lefever
Michelle Blom

Grafisch ontwerp

Ada Jaskowiec
Albert de Win

Illustraties

Iulia Sirbu

Vertaling

Jan van Houten

Bij PosadMaxwan werken we aan de gezonde, duurzame en slimme stad. We maken inzichtelijk hoe die stad van morgen eruitziet en wat we vandaag al kunnen doen om die ambitie te realiseren.

Dat doen we door stedenbouwkundig onderzoek, strategie, ontwerp én uitvoering te combineren. We signaleren actuele opgaven, stellen relevante vragen en zetten data in voor menselijke oplossingen. Zo maken we de vraagstukken begrijpelijk en kunnen we met nieuwe, ruimtelijke antwoorden komen.

PosadMaxwan
Binckhorstlaan 36
2516 BE Den Haag
Tel. 070 322 2869
mail@posadmaxwan.nl
www.posadmaxwan.nl



Referenties

Kindvriendelijke steden

citylab.com	8
millenniumparkfoundation.org	9, 11
chicago.gov	9
citylab.com	10
impact.upenn.edu	12
bernardvanleer.org	14
a-zine.nl	15
citylab.com	16
barcelonarchitecturewalks.com	17
youtube.com	17

Nabijheid van voorzieningen

www.youtube.com	24
socialwork.tulane.edu	24
scientificamerican.com	24
sciencedaily.com	26
theguardian.com	26
pewresearch.org	26
cityrepair.org	26,
moreno-web.net	28
cbc.ca	28
theconversation.com	28
citylab.com	28
forbes.com	28, 29
theverge.com	30
fortune.com	33
urbanland.uli.org	33

Gezonde voeding voor iedereen

eurofoodbank.org	36
wsws.org	36
www.vox.com	36
pexels.com	39
who.int	40
ncbi.nlm.nih.gov	40
healthycityglobal.com	43, 61
maximumyield.com	44
creativecommons.org	44, 45
eemstadboerderij.nl	45

fao.org	45
youtube.com	45
moroccoworldnews.com	46
theguardian.com	46
plukcsa.nl	46, 47
discovery.ucl.ac.uk	48
gehlpeople.com	48, 49
https://ymcagta.org	49
good.is	49
arcadiafood.org	50
communitycomposting.org	50
foodbankscanada.ca	50

Betaalbare huisvesting

theglobeandmail.com	54
unstats.un.org	54
zuerich.com	55
pewtrusts.org	55
www.forbes.com	56
ec.europa.eu	56
dailybread.ca	56
150.statcan.gc.ca	56
longtermtrends.net	57
housingeurope.eu	57
brookings.edu	57
ncbi.nlm.nih.gov	58
ec.europa.eu	58
un.org	58
99percentinvisible.org	58
motherjones.com	58
england.shelter.org.uk	58
www.bbc.com	59
bloomberg.com	62
theconversation.com	62
www.dw.com	63
engelvoelkers.com	63
mietendeckel.berlin.de	63
issuu.com	64
dearchitect.nl	64

Onze steden vergroenen

richardlouv.com	70
phys.org	70
researchgate.net	70
ncbi.nlm.nih.gov	70
medicalxpress.com	70
pnas.org	70
www.japan-experience.com	71
sciencedirect.com	70
bryantpark.org	74
architectuul.com	74
goexplorer.org	75
unsplash.com	5, 21, 25, 27, 37, 51
posadmaxwan.nl	13, 30, 31, 32, 33