

Groen in de wijk draagt bij aan gezondheid

19 mei 2022 DOOR NIOBE MOEN | Gemeente.nu



Groen in de leefomgeving heeft een gunstige invloed op de fysieke en mentale gezondheid van inwoners. Dit blijkt uit de nieuwe kennisbundel van het RIVM: 'Groen en gezondheid.'

Dat groen verschillende gezondheidseffecten kent, is al langer bekend. Er is veel kennis over het onderwerp en het raakt aan veel disciplines. Om die kennis beter te benutten in beleid en de praktijk, bracht het onderzoeksinstituut RIVM de beschikbare kennis bij elkaar in de kennisbundeling 'Groen en Gezondheid'. 'Kennis over positieve en negatieve effecten van groen op gezondheid, helpen bij het beter agenderen, ontwerpen en realiseren van een gezonde groene omgeving', aldus het instituut.

Met groen wordt een natuurlijke plek of element bedoeld op verschillende schaalniveaus. Dat varieert van straatniveau, zoals bomen en groenstroken, tot stedelijk en regionaal niveau, zoals bijvoorbeeld parken en natuurgebieden. Maar ook natuurspeelplaatsen, plantsoenen, openbaar toegankelijke sportvelden, particuliere en openbare tuinen, groene gevels en groene daken vallen hieronder.

Hoog op de agenda

Groen staat steeds meer in de belangstelling bij beleidsmakers uit de verschillende domeinen. In gemeente Arnhem zijn er bijvoorbeeld op ruim 1000 plekken inwoners aan de slag gegaan met vlinderidylles, bijenveldjes, geveltuinen of boomspiegels. Utrecht heeft een eetbare woonwijk en in Nijmegen is er het programma Wij zijn groen, gezond en in beweging Nijmegen. Daarnaast worden op verschillende plekken in Nederland stappen gezet om de openbare ruimte aan te passen of anders in te richten. Op die manier ontstaat er op straat meer ruimte voor groen.

Dat groen zo hoog op de agenda staat bij veel gemeenten, komt ook vanwege de raakvlakken met belangrijke gemeentelijke uitdagingen als stedelijke verdichting, de Omgevingswet, energietransitie en klimaatadaptatie. Deze maatschappelijke uitdagingen worden gekoppeld aan ambities op het terrein van onder andere sociale cohesie, biodiversiteit, het verkleinen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen, mentale gezondheid en overgewicht. 'Een groene leefomgeving kan bijdragen aan het aanpakken van deze opgaven,' aldus het RIVM.

Voordelen van groen in de wijk

Aan de hand van een model hebben de onderzoekers aangegeven op welke manieren groen invloed heeft op de fysieke en mentale gezondheid van mensen. Zo kan groen bijvoorbeeld gezondheidsschade verminderen die bij mensen ontstaat door luchtverontreiniging, hitte en geluid. Groen vermindert ook stress en verbetert het concentratievermogen, mede doordat groen in de omgeving beweging en sociale interactie stimuleert. Meer beweging kan weer een rol spelen bij het verminderen van overgewicht, diabetes type 2 en hart- en vaatziekten. Daarnaast draagt groen bij aan een betere mentale gezondheid.

Verder is er volgens de onderzoekers een positief effect tussen groen en de levensduur van mensen, het gewicht van baby's bij geboorte en de werking van het immuunsysteem. Groen lijkt ook te zorgen voor een betere nachtrust. En met name bij kinderen verbeteren concentratie, geheugen en leerprestaties als ze regelmatig in contact zijn met groen.

Maatschappelijke thema's

Een groene leefomgeving raakt ook aan maatschappelijke vraagstukken als biodiversiteit en klimaatverandering. Als gemeente kun je bijvoorbeeld bij het ontwerp en beheer van de openbare ruimte rekening houden met de fysieke en mentale invloed van groen op inwoners. Een voorbeeld hiervan is het stellen van eisen aan de omvang van een groene ruimte bij de bouw van nieuwe woningen', zo schrijft het RIVM.