



# HOE KAN PLANNING EN INRICHTING VAN DE PUBLIEKE RUIJITE HET MENTAAL WELBEVINDEN BEVORDEREN?

Mieke Nolf  
Kim Van Den Berge

# KENNISMAKING

I can't seem  
to find  
Funkytown  
on Google  
maps.

# VLAAMS INSTITUUT VOOR GEZONDHEIDSPROMOTIE EN ZIEKTEPREVENTIE

- ❑ Expertisecentrum
- ❑ Partnerorganisatie Vlaamse overheid
- ❑ Advies, methodieken, ondersteunen implementatie, evaluatie, vorming
- ❑ Voor gezondheidswerkers en professionals

# DOELSTELLINGEN

## Op het einde van deze workshop...

- ❑ ... kwam ik meer te weten over geestelijke gezondheidsbevordering en de rol van de omgeving.
- ❑ ... heb ik eerste inzichten over hoe de planning en de inrichting van de publieke ruimte een bijdrage kunnen leveren aan GGB.
- ❑ ... ging ik aan de slag met (nadenken over het) toepassen van deze bevindingen in mijn buurt.

# Gezondheid – Definitie WHO (1946)

Health is a state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.



*Gezondheid is een toestand van volledig fysiek, mentaal en sociaal welbevinden en niet zomaar de afwezigheid van ziekte of gebrek.*

# Gezondheid – Definitie WHO (1946)

→ Geestelijke gezondheid / mentaal welbevinden maakt deel uit van je algemene gezondheid

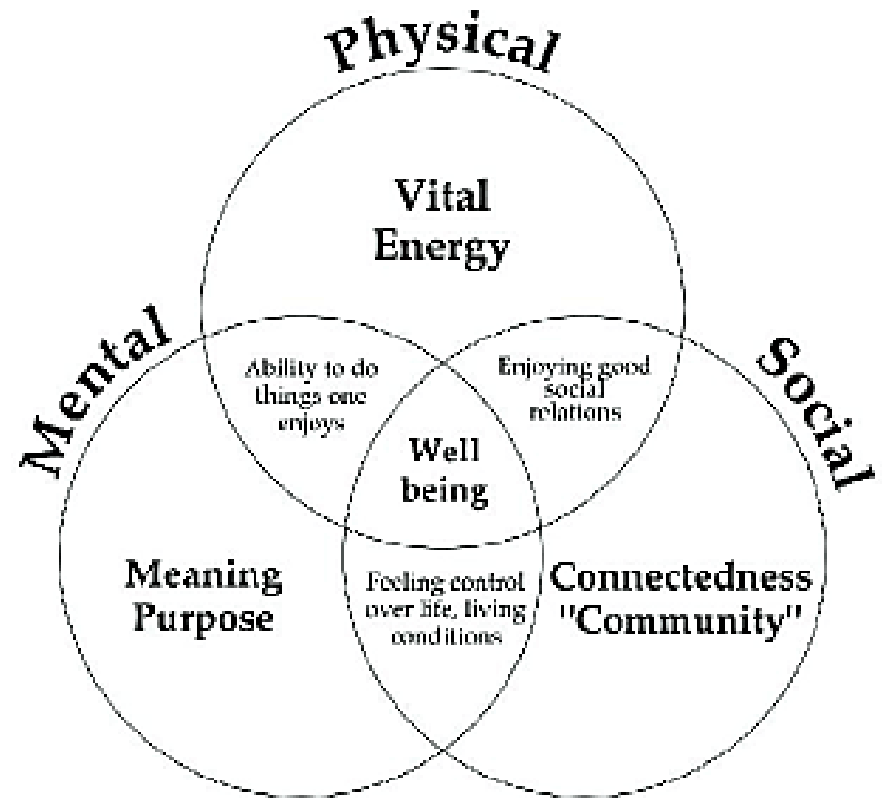


→ Gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekte

- Positieve invulling

# (Geestelijke) Gezondheid – Positieve invulling

- Positieve invulling:
  - Fysieke mogelijkheden
  - Sociale capaciteiten
  - Geestelijke gezondheid?



(Labonte, 1993)

# (Geestelijke) Gezondheid – Positieve invulling

De WHO definieert geestelijke gezondheid als *een toestand van welbevinden waarbij een individu talenten kan ontplooiën, kan omgaan met dagelijkse stress en belangrijk levensgebeurtenissen, productief en vruchtbaar kan werken en in staat is om een bijdrage te leveren aan de gemeenschap. (WHO, 2005)*

“

A strong positive mental  
attitude will create more  
miracles than any  
wonder drug.

PATRICIA NEAL



# Geestelijke gezondheidsbevordering (GGB)

- = “Versterken van de geestelijke gezondheid”
- **Positieve invulling:** Focus op het versterken van krachten en competenties (beschermende factoren)



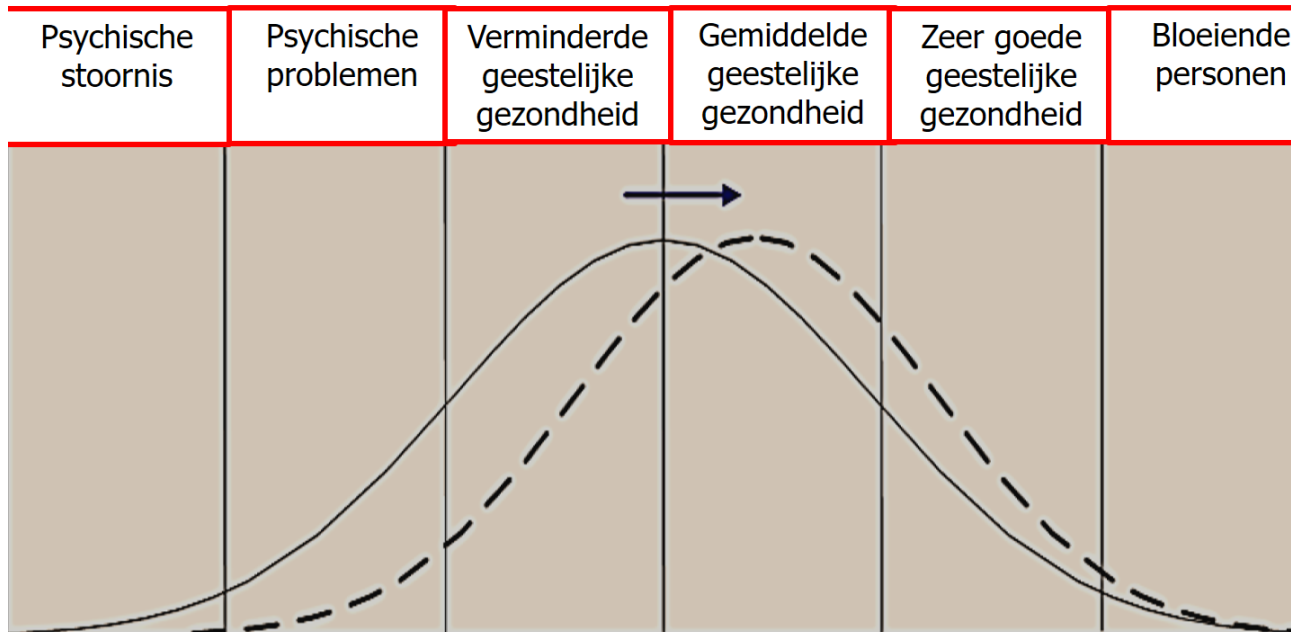
# Geestelijke gezondheidsbevordering

## Beschermende factoren geestelijke gezondheid



# Geestelijke gezondheidsbevordering

- Gezondheidswinst voor gehele populatie:
  - Populatieshift van gem. geestelijke gezondheid



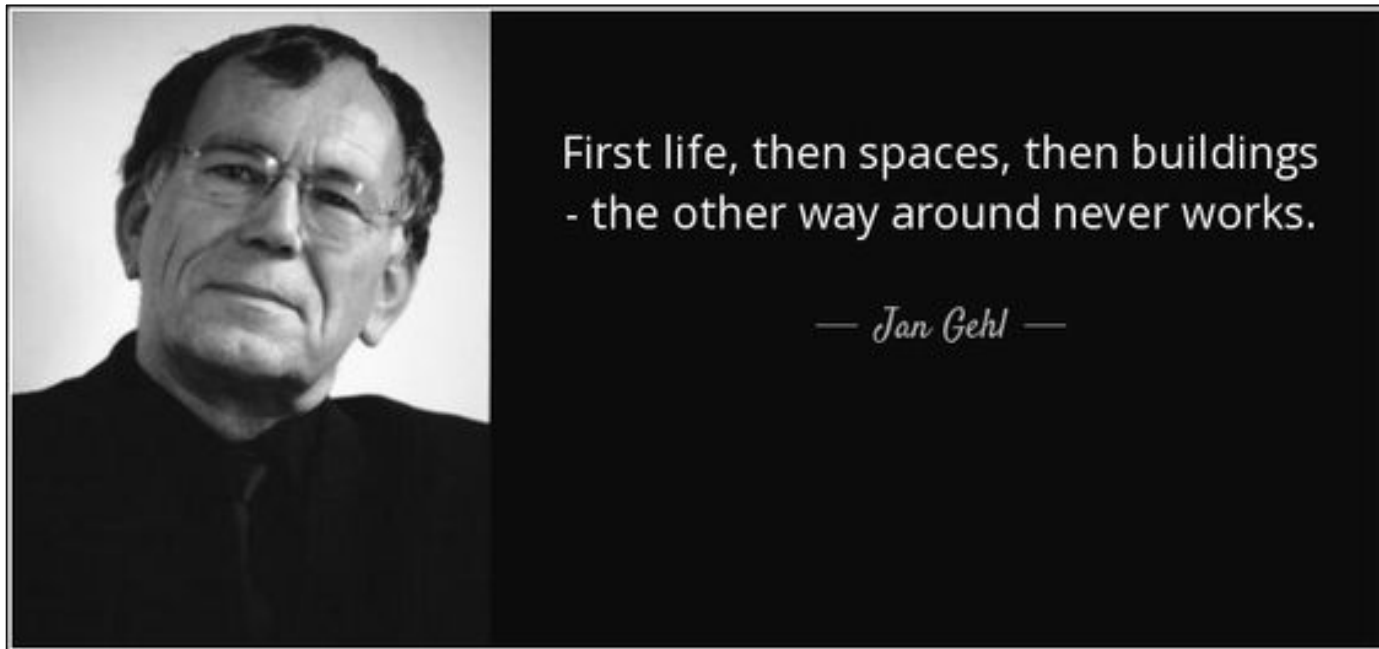
Whittington & Huppert (1996)

# Geestelijke gezondheidsbevordering

- ❑ Vlaams Actieplan Suicidepreventie (VLASP 2012-2020)
  - Strategie 1: Geestelijke gezondheidsbevordering met betrekking tot het individu en de maatschappij
  - Omgevingsacties in kader van SP
  - Nog niet GGB via omgeving → lijkt relatief nieuw in Vlaanderen
  
- ❑ Ruimer literatuur onderzoek: Omgevingsgericht werken & GGB
  - Huidige focus: Publieke Ruimte
  - 2017: Factsheet rond omgevingsgericht werken en GGB



# Publieke ruimte & GGB



# Groen en natuur

- ❑ Cognitief herstel
- ❑ Beter geheugen, betere impulscontrole
- ❑ Stress verminderen, positieve emoties
- ❑ Sociaal welbevinden

(Abraham, Sommerhalder, & Abel, 2010; Beyer et al., 2014)

- ❑ Positief effect op rumineren (Bratman et al., 2015)
- ❑ Cognitieve ontwikkeling kinderen (Gill, 2011)
- ❑ Veiligheid/misdaad/geweld (Jones & Yates, 213)
- ❑ Invloed op beweging (Markevysh, 2014)



# Buiten spelen?

- ❑ Voordelen: motorische ontwikkeling en sociale vaardigheden
- ❑ Factoren die gebruik van buitenomgevingen beïnvloeden
  - Individueel (leeftijd, geslacht, SES, attitude, ...)
  - Sociaal (verkeers- en sociale veiligheid, andere kinderen in de buurt, ...)
  - Fysiek (uitdagende speelomgeving, bereikbaarheid, ...)
- ❑ Speelruimte, kindvriendelijke netwerken
  - Zelfstandige mobiliteit
  - Ontmoetingen zonder doel
  - Voldoende complexe publieke ruimte: belevingswaarde
  - Verbinding tussen 'eilandjes': kwaliteitsvolle formele en informele voor IEDEREEN
- ❑ Bedenking: onderzoek MET kinderen i.p.v. bestuderen van kinderen



# Bebouwde omgeving

- *De bebouwde omgeving is meer dan groene zones en parken. Het bevat ook de aanwezigheid en de toestand van voetpaden, verkeersflow, netheid en onderhoud van de publieke ruimtes, percepties van veiligheid en controle in de gemeenschap, zones en 'land use mix', populatiedichtheid, interne omgeving en sociaal kapitaal,.... (Renalds, Smith, & Hale, 2010)*

- Veiligheid

- Social Disorganization Theory
- Broken windows
- 'busy streets'

(Aiyer, Zimmerman, Morrel-Samuels, & Reischl, 2015)

- Groen & Geluidsoverlast in de stad

(Abraham, Sommerhalder & Abel, 2010; Dzhambov & Dimitrova, 2014)

- Bedenking: kwaliteit onderzoek





# Gezondheid en ruimtelijk beleid

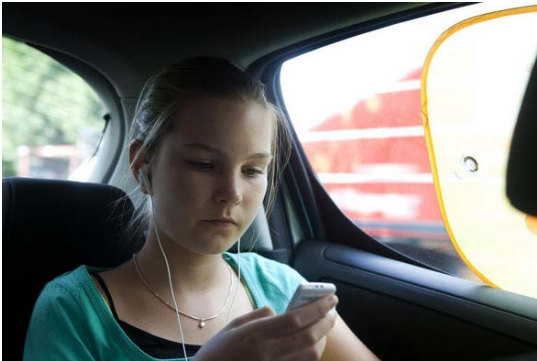
Dichotomieën ...



# Dichotomieën...



# Gezondheidseffecten suburbaan wonen



# Mentaal welbevinden en landschappen

voorkeur voor Savanne-achtige omgeving (Kellert, 1993)



Zekere openheid

Groepjes bomen

Gras

Water

Veiligheid







Overdaad  
aan  
verharding

Straat wordt  
plaats van de  
auto ipv van  
mensen

Schaamgroen

Hekkens

# Mentaal welbevinden en nederzettingen

voorkeur voor de voetgangersstad



Hoge dichtheid door aaneengesloten bebouwing.

Aanwezigheid van functies

Kleine bouwvolumes

Doorsteken en doorkijken

'Licht' sociaal contact

Geen druk verkeer

Groenvoorziening



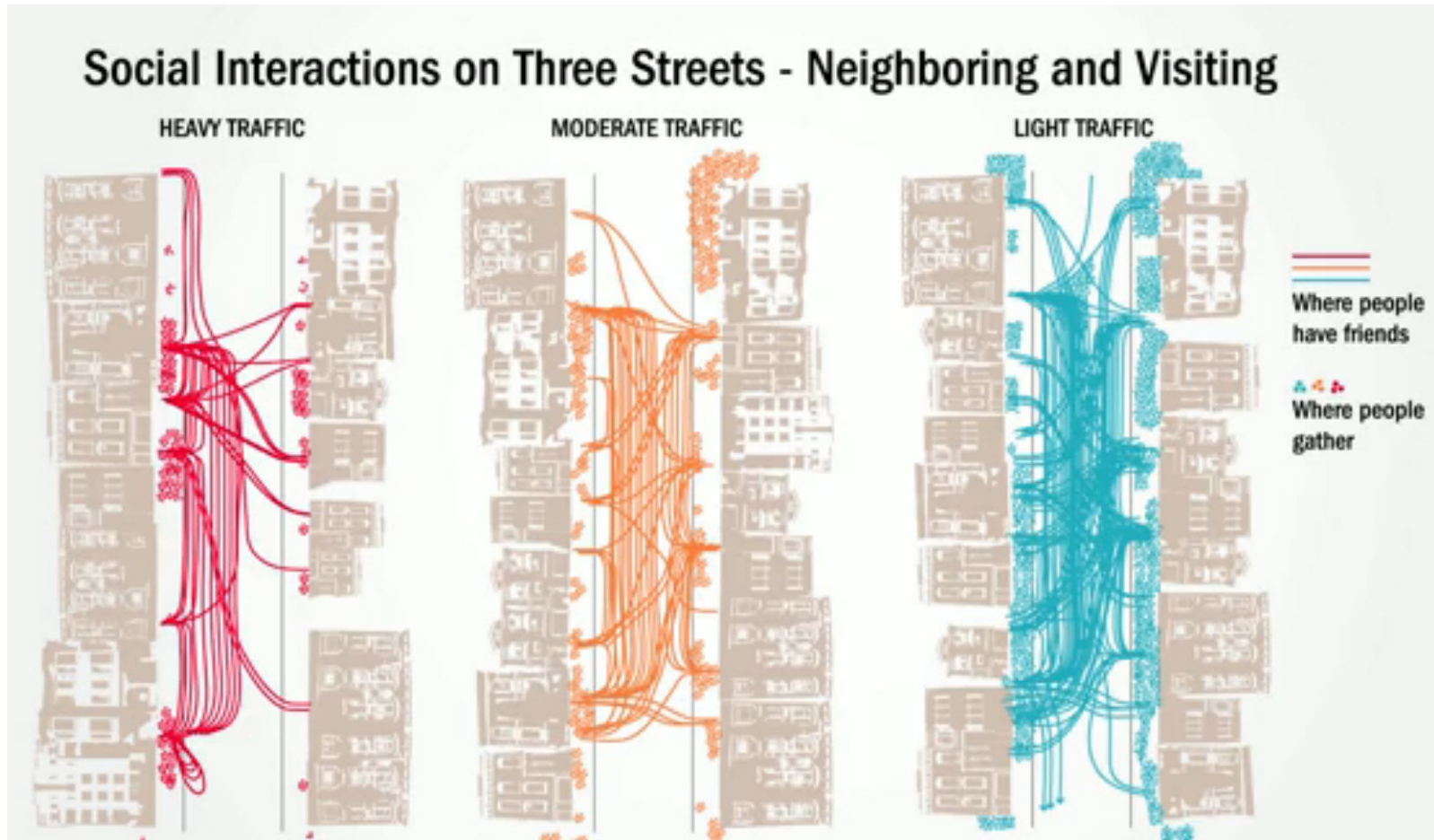








# Donald Appleyard

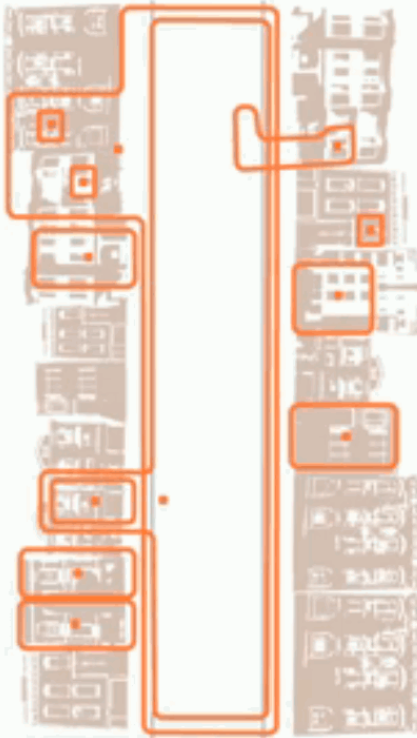


# Home Territory on Three Streets

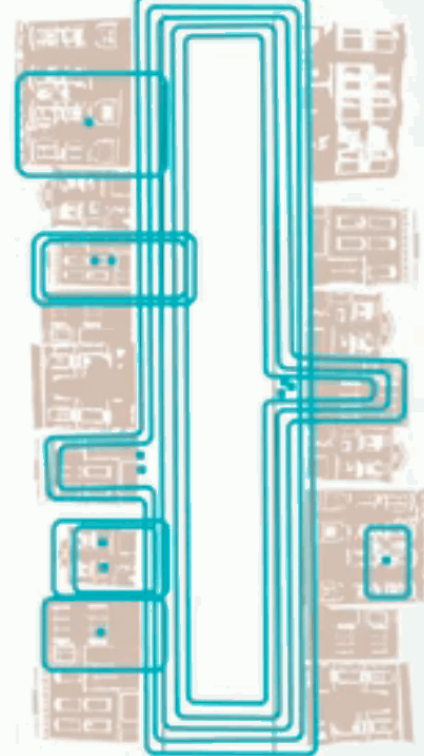
HEAVY TRAFFIC



MODERATE TRAFFIC



LIGHT TRAFFIC



Areas people indicated as their "home territory"



# Hoogbouw en mentaal welbevinden

Dichotomieën...





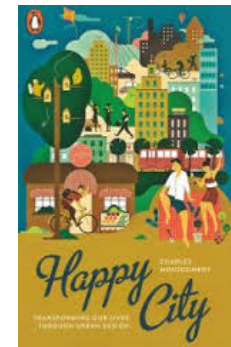
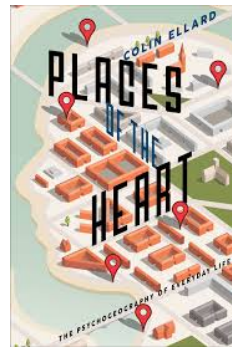


# Lacaton en vassal

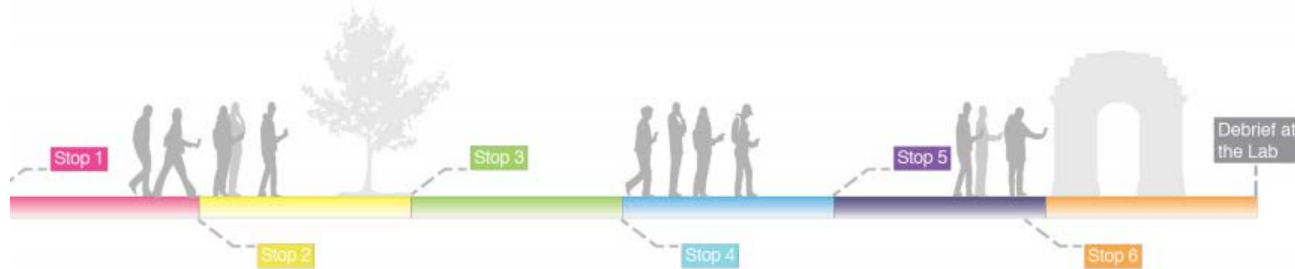




# Voorbij de dichotomie?



# Experimenten



- ❑ **Any of us** can help reveal the mysteries of the city by doing our own **informal experiments** on the places where we live—and sharing the results. The better we understand the relationship between our cities, our minds and our experiences, the better equipped we'll all be to design cities that are happier, healthier, and more resilient. We are all experts on our own urban experience.
- ❑ Traditie: Jane Jacobs, William Whyte, Jan Gehl

## Zelf-rapportering



Participants carried smartphones which were specially programmed to ask them location-specific questions about their current mood and levels of arousal, and to invite them to contribute words and sentences describing their impressions as related to what they experienced at each location.

## Huid-conductiviteit



Participants wore bracelets that measured their skin conductivity—a standard measure of physiological arousal.

## Debriefing



During August 3, 2011 – October 16 2011 17 tours with 134 participants were conducted through the city streets of New York.



Whole foods



Macando





## Community garden



Brick stone  
housing

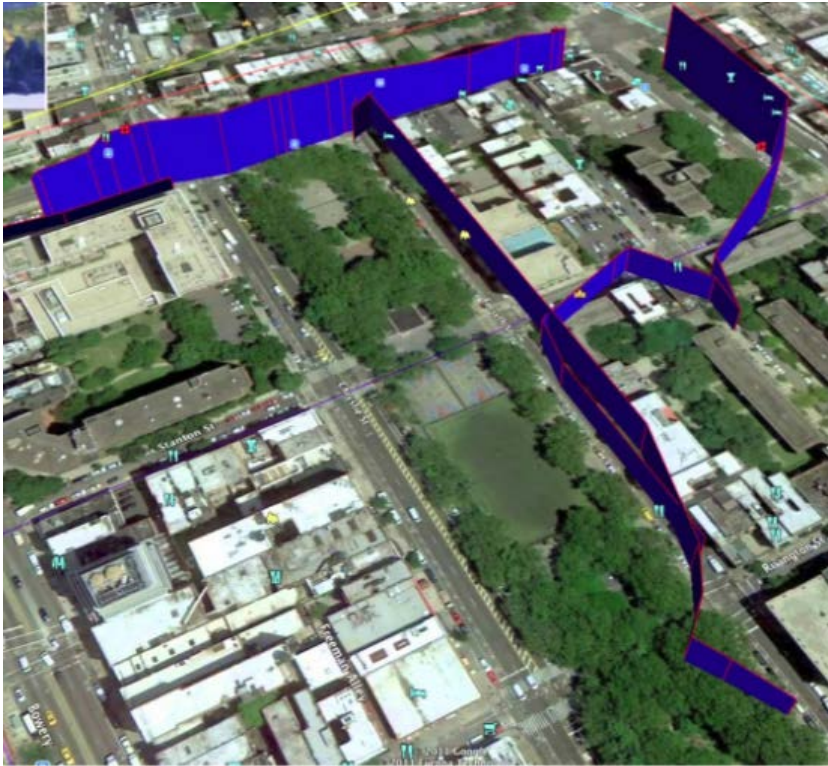


Apizz



## Allen Street median strip





Positieve effecten:  
Groene ruimte  
Permeabiliteit  
Stilte/ rust

Stress: onderscheid  
zelfrapportage en  
fysiologische reactie =>  
gewenning.



# Duurzame stedenbouw: de derde weg?

## DESIGNING GREEN CITIES

An innovative approach to urban development built on the foundation of good policy design

The Green & Smart Urban Development Guidelines identify the most crucial elements of green cities. For this project, we started with a foundation of good policy design principles to create urban design guidelines that address the unique conditions of Chinese cities. We think that this approach can be applied to countries all over the world.

### POLICY DESIGN ELEMENTS

Each of the twelve urban design elements are built on three policy design principles.

#### BENEFICIAL

For a green city to be attractive and livable, environmental benefits alone are insufficient. That's why for the twelve urban design elements we chose, we show that environmental, economic, and social benefits go hand in hand.

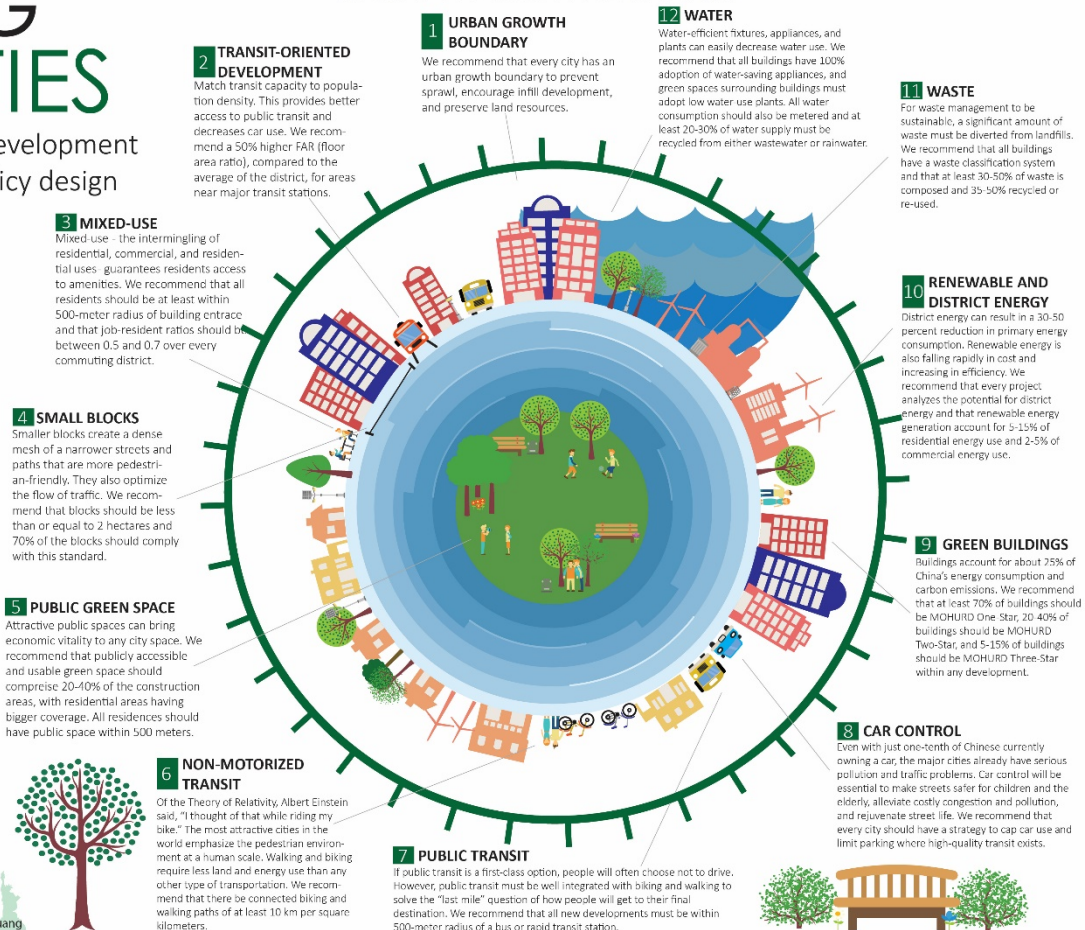
#### MEASURABLE

Each of the urban design elements are quantified to prevent greenwashing. The small number allows decision-makers to understand the priorities of urban planners. The carefully chosen group of elements also emphasize the most important parts of urban development, and all of these metrics can be determined in the planning phase, before construction begins.

#### PRACTICAL

While ambitious targets can motivate action, our approach was to select a level of metrics that most, if not all, cities can accomplish. These are the minimum requirements. This policy design principle allows the guidelines to be scalable and replicable.

### URBAN DESIGN ELEMENTS









www.alamy.com - FAG01W







# Aan de slag

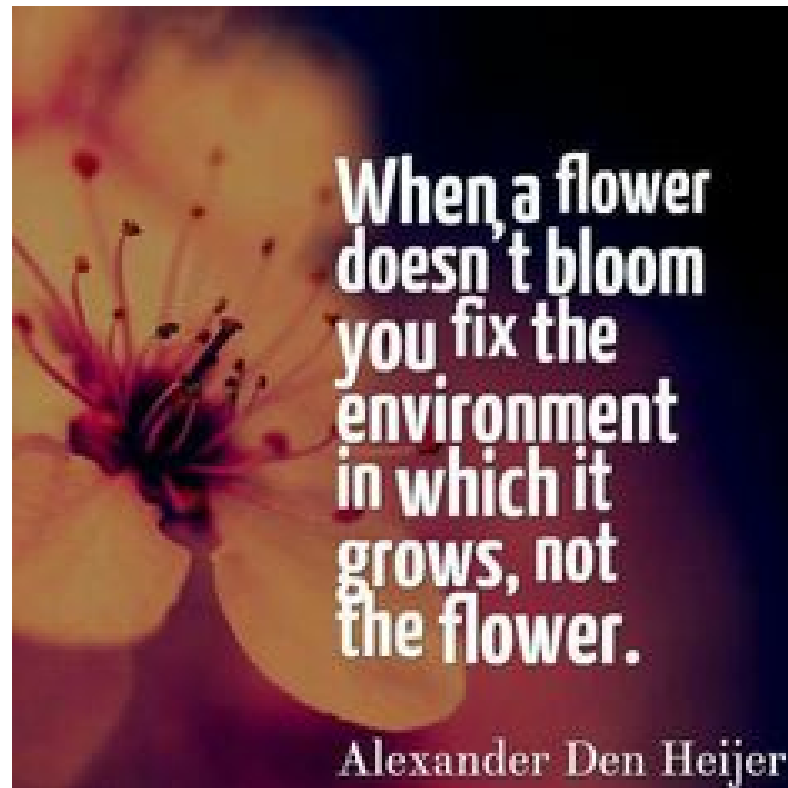


Welke aspecten zijn positief? Voor wie zijn ze positief?

Welke aspecten zijn negatief? Voor wie zijn ze negatief?

Wat zouden mogelijke oplossingen zijn?

**Bedankt voor jullie inbreng!**



# Vragen nu of later?

**Mieke Nolf**  
(Gezondheid en Publieke Ruimte)  
[Mieke.nolf@vigez.be](mailto:Mieke.nolf@vigez.be)  
02 422 49 33

**Kim Van Den Berge**  
(Geestelijke  
Gezondheidsbevordering)  
[kim.vandenberge@vigez.be](mailto:kim.vandenberge@vigez.be)  
02 422 49 50

