

“Gezonde omgeving is meer dan schone lucht”

Iedereen wil gezond door het leven gaan. Gezondheidsgoeroes slaan ons om de oren met dieetbijbels, voedingssupplementen en fitnessabonnementen. Maar wist je dat de publieke ruimte ook bijdraagt aan onze mentale en fysieke gezondheid? Wij spraken onderzoeker Peter Vervoort (Departement Omgeving) over de gezondheidstoestand van de ruimte in Vlaanderen.

De Romeinen wisten het al: *mens sana in corpore sano* ofte een gezonde geest in een gezond lichaam. Vergeef ons de schaamteloze platitude. Toch schuilt in deze banale clichés steeds een bron van waarheid. We willen nu eenmaal gezond door het leven. We kopen salontafelboeken van bekende gezondheidsgoeroes, wensen elkaar een gelukkig en gezond Nieuwjaar toe en nemen ons steevast voor meer te gaan sporten. Toch kijken we amper naar wat er zich recht voor onze neus bevindt. Want ook de ruimte waarin we ons dagelijks bewegen, beïnvloedt onze gezondheid. Een gezonde publieke ruimte draagt bij aan ons fysieke, mentale en sociale welzijn. Het is echter niet evident om die ruimte gezond te krijgen en te houden. De beelden zijn ons bekend. Dichtgeslibde wegen rond de grote steden, smogvorming of anoniem beklinderde pleinen zoals de Korenmarkt in Gent. Sinds de coronapandemie de wereld in een houdgreep houdt, rijzen internationaal stemmen op om de publieke ruimte gezonder in te richten, en met extra aandacht voor groen, spelende kinderen, ouderen, alternatieve

mobiliiteitsvormen en het psychologisch welzijn van de inwoners. Maar hoe begin je daaraan?

Meer dan luchtkwaliteit alleen

Het Europese en Vlaamse beleid maakte de afgelopen decennia werk van de verbetering van de kwaliteit van het leefmilieu. Strengere normen en technologische vooruitgang drongen de uitstoot door industrie en de energiesector de laatste jaren terug, en ook de burgers en bedrijven spanden zich de afgelopen 20 jaar massaal in om de uitstoot van fijnstof, zwaveldioxide (SO₂), stikstofoxiden (NO_x) en zware metalen te beperken. De luchtkwaliteit ging erop vooruit, maar niet overal in dezelfde slagorde. “Er zijn verschillende chemische processen die de luchtkwaliteit beïnvloeden. Plaatselijk kunnen de verschillen door weer- en omgevingsfactoren enorm zijn”, legt Peter Vervoort, onderzoeker bij het Vlaams Departement Omgeving, uit. “Door de hoge bebouwing zorgen *street canyons* in steden er bijvoorbeeld voor dat er weinig luchtspoeling is, waardoor

Natuurlijke gebieden hebben een positief effect op de biodiversiteit en de luchtkwaliteit. Ze houden de ecosystemen in stand en helpen de temperatuur op hete dagen onder controle te krijgen. Ze gaan versnipperen om zich elk een privaat stukje tuin toe te eigenen, brengt dat allemaal in gevaar.





Een gezonde leefomgeving betekent ook een publieke ruimte die meer aanzet tot actieve beweging, zoals fietsen en wandelen.

de vervuiling zich opstapelt. Eigenlijk zou je uitlaatgassen moeten vermijden op die locaties. Daarnaast zien we dat de industriële uitstoot systematisch afneemt, maar het relatieve aandeel van het verkeer en de huishoudens neemt dan weer toe. Neem nu houtkachels en open haarden; ze zijn charmant, maar ze dragen bij tot de uitstoot van fijnstof. Op zijn minst zijn slimmere stooktechnieken aan de orde. Maar eigenlijk schakel je beter over op schonere warmtebronnen.”

Een probleem dat sluimerend op de achtergrond hangt, is omgevingslawaai. De impact van lawaai op ons mentale welzijn en gemoedstoestand valt niet te onderschatten. Vervoort: “Geluid kan je uit je slaap halen. Maar het verstoort ook onbewust je slaappatroon. Een belangrijke bron in Vlaanderen van omgevingslawaai is het gemotoriseerde verkeer. Op beleidsniveau moet dat mobiliteitsvraagstuk worden aangepakt. Als burger kan je je woning akoestisch isoleren om het omgevingslawaai buiten te houden en is het ook goed om na te denken over de situering van de slaapkamers.”

Gezondheid is een ruim begrip

Volgens Peter Vervoort betekent het creëren van een gezonde omgeving echter veel meer dan het louter vermijden van blootstelling aan vervuiling of hinder. “Gezondheid is een ruim begrip. De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) omschrijft dit als een bundeling van fysieke, mentale en sociale aspecten”,

stelt Vervoort. “Intuïtief denken we bij ‘gezondheid’ aan ons fysieke welbevinden. We zijn gezond want we voelen ons goed in ons vel. Toch zijn ook sociale contacten erg belangrijk om ons goed te voelen. Het omgevingsbeleid in Vlaanderen focust traditioneel op het beschermen van de fysieke gezondheid, bijvoorbeeld door te zorgen voor een goede lucht- of bodemkwaliteit. Al merken we de laatste jaren ook een tendens om eveneens meer aandacht te geven aan bredere omgevingskwaliteiten. Het gaat dan over het creëren van buurten waar je je goed voelt, waar het fijn wonen en werken is, waar je toegang hebt tot voorzieningen, winkels of horeca, die aanzetten tot bewegen of uitnodigen tot sociale interactie.”

“Een gezonde leefomgeving is dus een omgeving die je alle kansen geeft om goed én gezond - in alle betekenissen van het woord - te leven. Het is daarom niet eenvoudig om aan te geven hoe gezond ‘de omgeving’ in Vlaanderen anno 2020 scoort. Elke omgeving is anders, heeft zijn goede en mindere kanten. En veel hangt ook af van je eigen voorkeuren, leefstijl en gewoontes.”

Aangename verblijfsplaats

Zeker in (groot)steden krijgt het gezondheidsthema bijzondere aandacht. Denk maar aan de invoer van de lage-emissiezones. En ook autovrije of -luwe zones zijn in opmars in zowat alle stads- en dorpskernen. De wagen ruimt er stilaan plaats voor fietsers en wandelaars. De luchtkwaliteit gaat er in deze buurten

op vooruit, het wordt stiller in het rumoerige straatbeeld en de inwoners krijgen ruimte voor hun portie actieve beweging, zoals fietsen, lopen of wandelen. Toch zien we in de praktijk ook weerbaarheid. Lokale overheden die straten verkeersvrij maken of fietspaden aanleggen krijgen positieve, maar ook veel negatieve reacties. Anderzijds krijgen burgerinitiatieven die ijveren voor gezondere en meer leefbare omgevingen soms moeilijk gehoor of felle tegenkanting. Vervoort: “Ik denk dat meer dialoog en actieve samenwerking tussen overheden, burgers en ondernemers nodig is om te zorgen voor een beter begrip van wat een aangename en gezonde leefomgeving in een bepaalde buurt betekent en hoe we daar samen aan kunnen werken.”

Een grote, uitgerekte stad

Vlaanderen is en blijft echter een lastige regio om aan gezonde omgevingen te sleutelen. “Op macroniveau kan je de regio vergelijken met een grote, uitgerekte stad. Zoomen we in, dan zien we kleinere gemeenschappen, zoals steden, dorpen en wijken, die met elkaar verbonden zijn. De Vlaming is wel tevreden over de kwaliteit van de leef- en woonomgeving. We vinden het aangenaam toeven in eigen regio. Veel mensen waarderen ook de rust van het wonen in een dorp en genieten van hun eigen tuin”, stelt Vervoort. Toch snijdt het mes aan twee kanten. “Door aan relatief lage dichtheden te wonen, is het niet makkelijk om lokale voorzieningen of buurtwinkels op wandel- of fietsafstand rendabel te houden. Ook openbaar vervoer is moeilijk te organiseren. Daarnaast wonen en werken we meestal niet in dezelfde omgeving. Voor al die verplaatsingen zijn we dus vaak aangewezen op de auto. En al dat gemotoriseerde verkeer heeft uiteraard een negatieve impact op de gezondheid van de omgeving.”

“Een gelijkaardige logica geldt voor groen. Door met z’n allen een privaat stukje groen in te palmen, versnipperen we grotere ►

Grotere projecten in stads- of dorpskernen zetten ook steeds vaker in op de buurt, met voorzieningen op fiets- of wandelafstand, met groene, autoluwe ruimtes waar het aangenaam toeven is en waar de kinderen veilig kunnen spelen...



© Boudan & Van Breeck, Ney & partners

Hé jij daar,



Wil je graag milieuvriendelijk en gezond bouwen? Of renoveren? En zoek je nog een ervaren professional in jouw buurt?

Dan is er maar één adres!

WWW.ECOBOUWGIDS.BE





Peter Vervoort: "Publieke ruimte moet inclusieve ruimte zijn, voor iedereen toegankelijk. Ook de kwetsbare groepen, zoals kinderen en ouderen, moeten voldoende aandacht krijgen in het ontwerp."

aaneengesloten natuurgebieden. Dat is niet alleen nefast voor de biodiversiteit en de ecosystemen, maar betekent ook minder open ruimte voor recreatie. Iets meer geconcentreerd leven in groene, kwaliteitsvolle dorps- en stadskernen lijkt dus een evidente boodschap."

Durf, lef en visie

Vorig jaar publiceerden we in dit magazine een interview met architect-stedenbouwkundige Luc Eeckhout (evr-architecten) over de gezonde, veerkrachtige stad. Eeckhout pleitte voor een

volwaardige integratie van de natuur in de publieke ruimte: "De natuur verdween uit het beeld terwijl we net moeten streven naar een verzoening. Vandaag kunnen we die ommezwaai nog maken", stelde hij. Een mening die Vervoort begrijpt en vanuit beleidsstandpunt bijtreedt. "Meer groene ruimte in de directe leefomgeving heeft een positieve impact op onze gezondheid. Het vermindert ook de druk op de waardevolle natuurgebieden. In een stads- of dorpskern kan je meer inzetten op duurzame, actieve verplaatsingen. Minder privaat gemotoriseerd verkeer zorgt voor schonere lucht en minder lawaai. Overbodige auto-infrastructuur kan worden onthard en omgevormd tot een aangename, groene publieke ruimte. Een interessant voorbeeld zijn de plannen om de markt in Sint-Niklaas te transformeren tot een centrale stadstuin met brede straten tussen de grasvelden waar marktkeuzers kunnen staan. Op meer afgelegen locaties ligt dat volgens mij moeilijker. Daar zijn de inwoners afhankelijk van hun wagen om zich te verplaatsen. Hier moeten we meer fundamentele keuzes maken die woonkernen versterken en open ruimte ontsnipperen. Geen evidente opdracht. Een combinatie van durf, visie, maar ook van dialoog, luisteren en samenwerking tussen beleidsmakers, inwoners en ondernemers levert op lange termijn het meeste op. Een duurzame omslag moet bijvoorbeeld ook rekening houden met de manier waarop transport en logistiek worden georganiseerd. Maar een gezonde leefomgeving betekent ook dat iedereen zich welkom, veilig en thuis voelt", besluit Vervoort. "Het is veel meer dan een mooi plaatje of knap ontwerp. Het biedt iedereen optimale kansen om een goed en gezond leven te kunnen uitbouwen." ■

WAT DOET VIBE?

VIBE vzw genereert, verzamelt en verspreidt informatie over gezond en milieuverantwoord bouwen en duurzame stedenbouw. We geven vorming en advies rond deze thema's en bieden ook begeleiding bij de ontwikkeling van duurzame wijken. Daarnaast reiken we het VIBE-label uit aan bouwbedrijven die werken met gezonde en milieuverantwoorde producten en technieken. Bedrijven, overheden, wetenschappelijke centra en andere instellingen kunnen bij ons terecht voor onderzoek rond gezonde en milieuvriendelijke bouwmaterialen.



www.vibe.be