

Inspiratie- en werkboek ondersteunende slides werkvormen



GEZOND IN ...



HET NIEUWE INSPIRATIE- EN WERKBOEK

SAMEN WERKEN AAN HET VERKLEINEN VAN GEZONDHEIDSVerschillen IN DE LEEFOMGEVING

 **Pharos**
Samen voor gódtje
kansen op gezondheid



 **PLATFORM31**
kennis en netwerk voor stad en regio

 **PLATFORM31**
kennis en netwerk voor stad en regio

 **Pharos**



GEZOND IN ...

Werkvorm 1

Kennismakingsronde
(positieve) gezondheid
en
gezondheidsverschillen

Wat is gezondheid voor jou?



Reacties



**LICHAAMS-
FUNCTIES**

✓
✓
✓



**MENTAAL
WELBEVINDEN**

✓
✓
✓



ZINGEVING

✓
✓
✓



**KWALITEIT VAN
LEVEN**

✓
✓
✓



**SOCIAAL
PATICIPEREN**

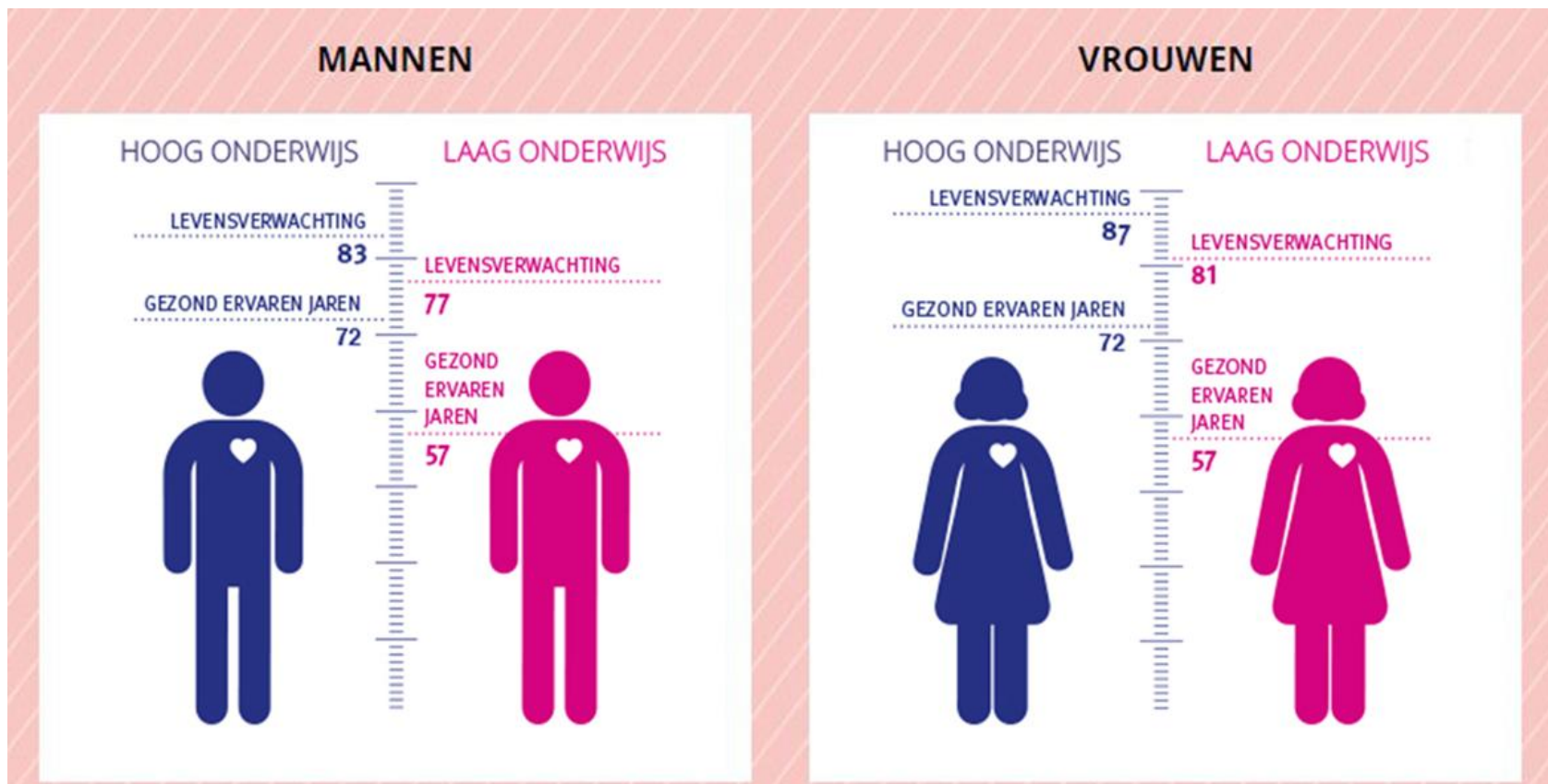
✓
✓
✓



**DAGELIJKS
FUNCTIONEREN**

✓
✓
✓

Sociaaleconomische gezondheidsverschillen



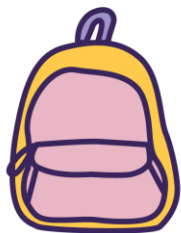
Opleiding en inkomen

Levensverwachting



Inkomen¹

Mensen met de **laagste inkomens** (de onderste 20%) **leven ± 7,7 jaar korter** dan mensen met de **hoogste inkomens** (de bovenste 20%)



Opleiding²

Mensen met **basisonderwijs, vmbo of mbo 1** **leven ± 5,2 jaar korter** dan mensen met **een hbo- of wo-opleiding**

Goed ervaren gezondheid

Mensen met een **laag inkomen**¹ **leven ± 21,4 jaar minder lang in goed ervaren gezondheid** dan mensen met een **hoog inkomen**



Referenties: 1. CBS Statline, 'Gezonde levensverwachting; inkomen en welvaart', Centraal Bureau voor de Statistiek: Den Haag/Heerlen/Bonaire/Utrecht. Geraadpleegd: 22 oktober 2025. [Online]. Beschikbaar op: <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/85445NED/table?ts=1731331961622>

2. CBS Statline, 'Gezonde levensverwachting; geslacht, leeftijd en onderwijsniveau', Centraal Bureau voor de Statistiek. Geraadpleegd: 24 oktober 2025. [Online]. Beschikbaar op: <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/84842NED/table?ts=1726665999574>

Werkvorm 2

Brengen en halen

Aanbod sociaal domein

- ✓
- ✓
- ✓

Aanbod fysiek domein

- ✓
- ✓
- ✓

vraag sociaal domein
aan fysiek domein

- ✓
- ✓
- ✓

vraag fysiek domein
aan sociaal domein

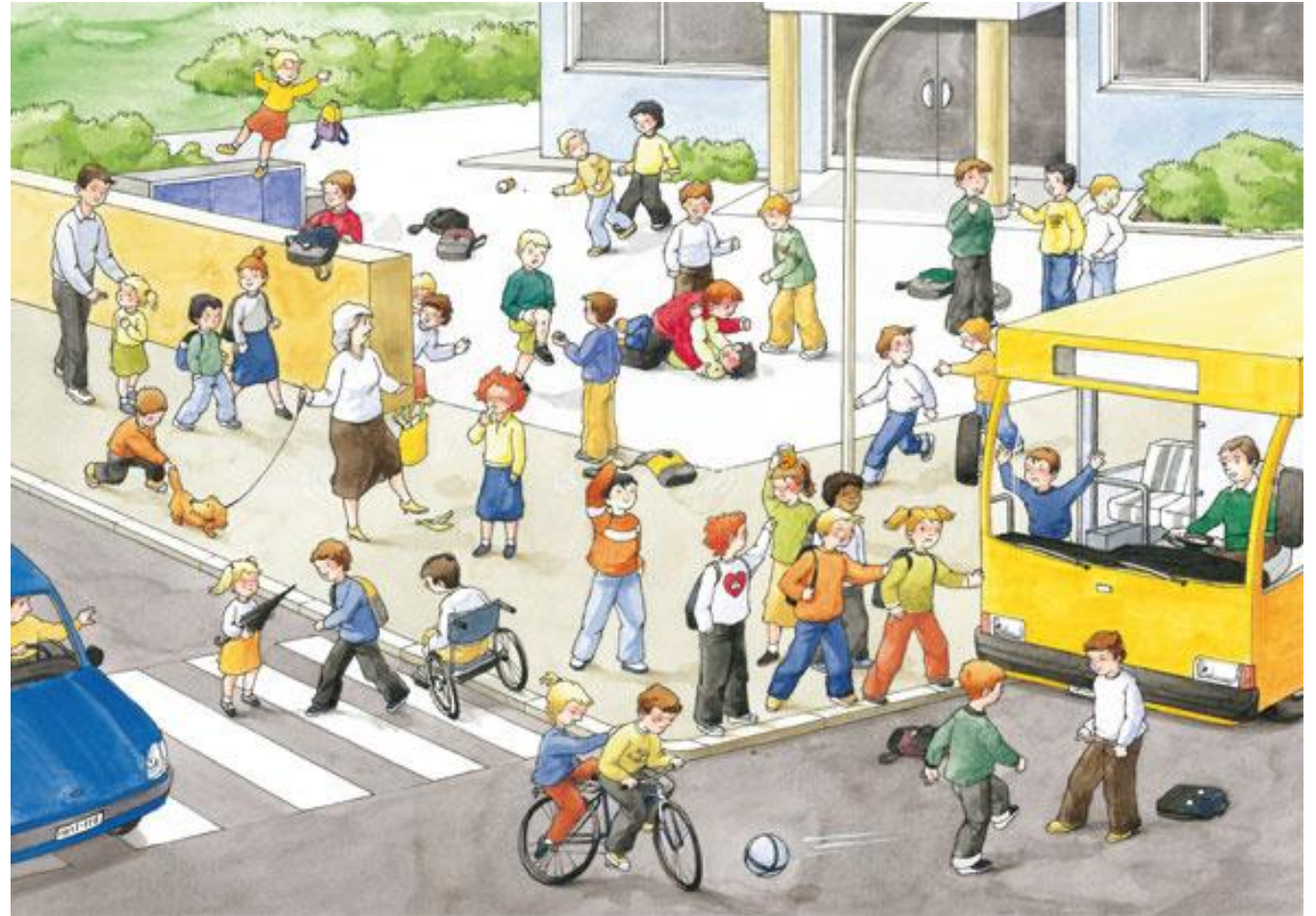
- ✓
- ✓
- ✓

Werkvorm 3

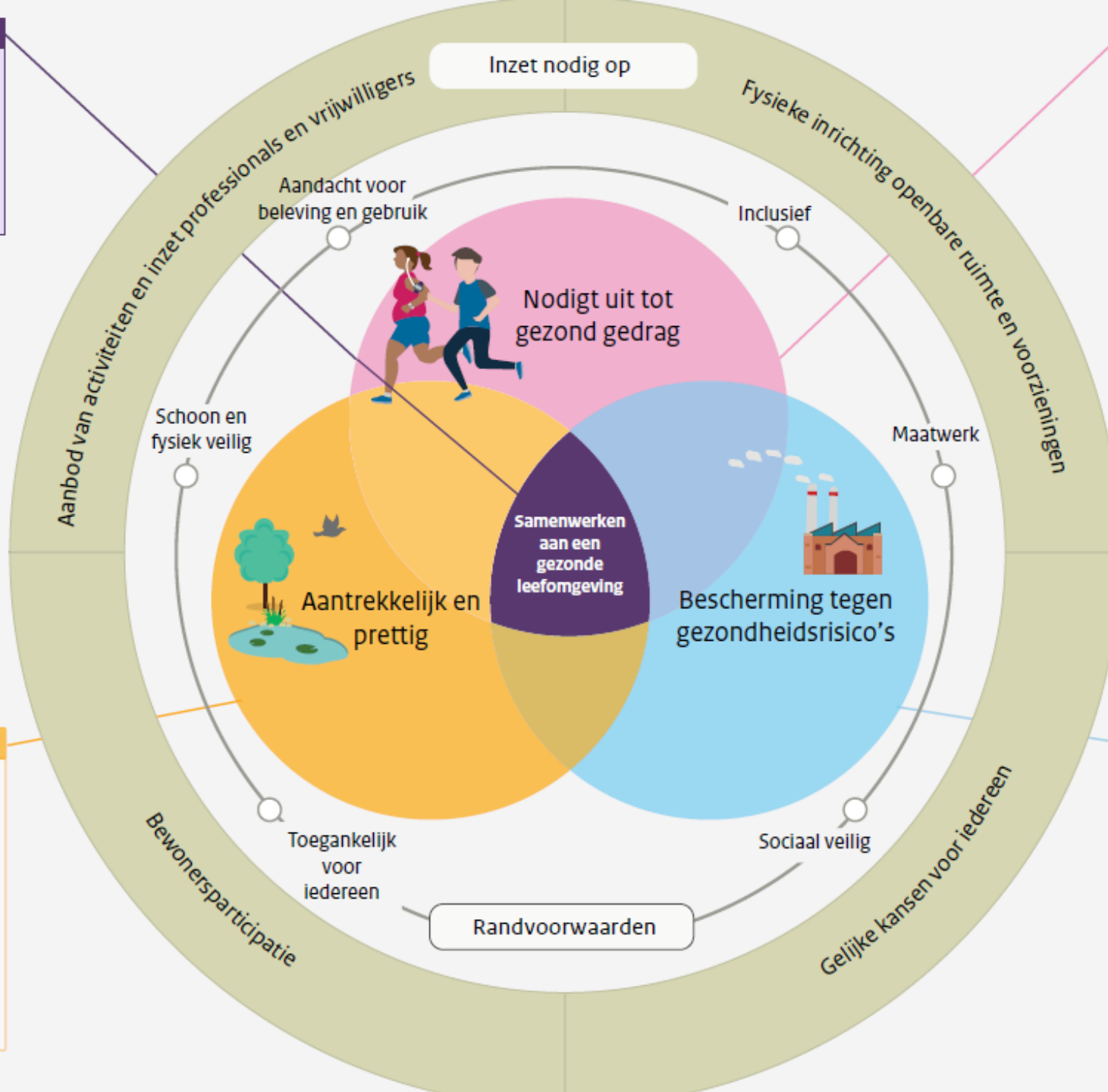
Omgeving en
chronische stress

Wat kan (ernstige) stress veroorzaken in de leefomgeving?

- Wat in jouw leefomgeving kan bij jou chronische stress veroorzaken?
- Wat kan dit voor anderen zijn?
- Hulpje op volgende sheet
- 10 min.



- Focus**
- Bijvoorbeeld
 - Groen en gezondheid
 - Gezonde mobiliteit
 - Klimaat en gezondheid
 - Kwetsbare wijken en regio's



- Bewegvriendelijke omgeving (bewegen, sporten, spelen)
- Sociaal gezonde omgeving (meedoen, ontmoeten)
- Mentaal gezonde omgeving (groen, stilte)
- Gezonde voedselomgeving
- Rookvrije omgeving

- Groen in de buurt (bewegen, ontmoeten, biodiversiteit, hittestress, wateroverlast)
- Aanwezigheid van voorzieningen (buurthuis, scholen, zorg)
- Sociale cohesie (verbonden voelen met buurtbewoners en wijk/dorp, stad)
- Diversiteit en menging van wonen, werken en voorzieningen
- Leefbaarheid

- Schone en gezonde lucht, bodem en water
- Afwezigheid geluidsoverlast, straling en trillingen
- Fysiek veilig (verkeer, stoffen, voedsel)
- Bescherming tegen infectieziekten uit bodem, water en lucht en zoonose
- Reductie van hittestress en wateroverlast

Gezonde Leefomgeving en Stress

- Beschermen
 - Geluidsoverlast (wegen, buren, bedrijven)
 - Onveilige omgeving (sociaal, verkeer)
 - Binnenmilieu woning (tocht, schimmel, energierekening)
- Bevorderen
 - Aanwezigheid groen
 - Versterken sociale cohesie
 - Mogelijkheden bewegen, sporten, spelen
- Faciliteren
 - Keuzevrijheid woningen
 - Voorzieningen nabij: school, sport, arts



WAARVAN KRIJGEN MENSEN (CHRONISCHE) STRESS?



LEVENSGEBEURTENISSEN



verlies dierbare



echtscheiding



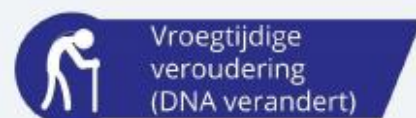
verhuizing



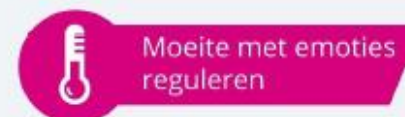
migratie

IMPACT OP LICHAAM EN HERSENEN

Fysiek



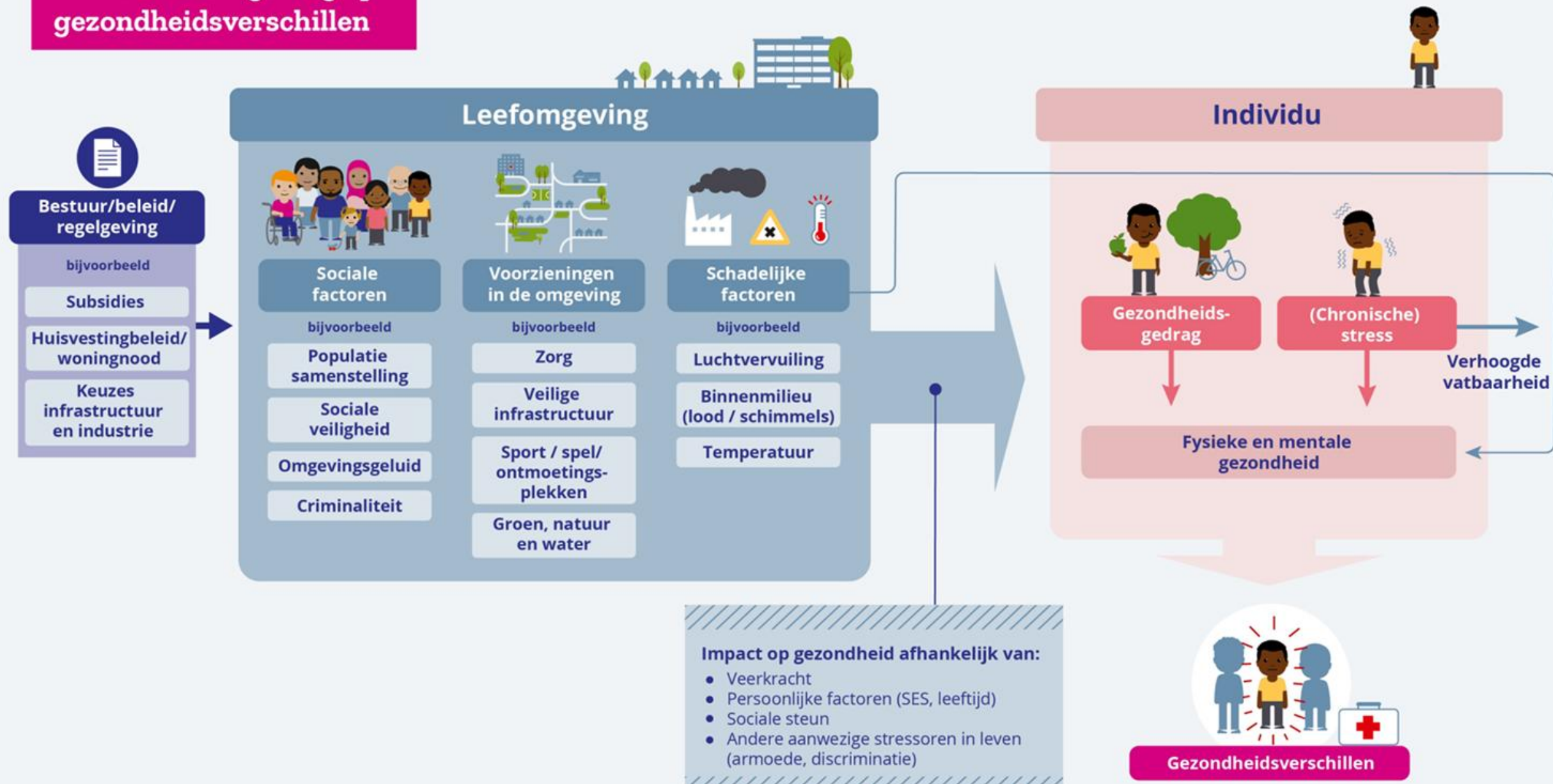
Cognitief



Mentaal



Invloed leefomgeving op gezondheidsverschillen



Werkvorm 4

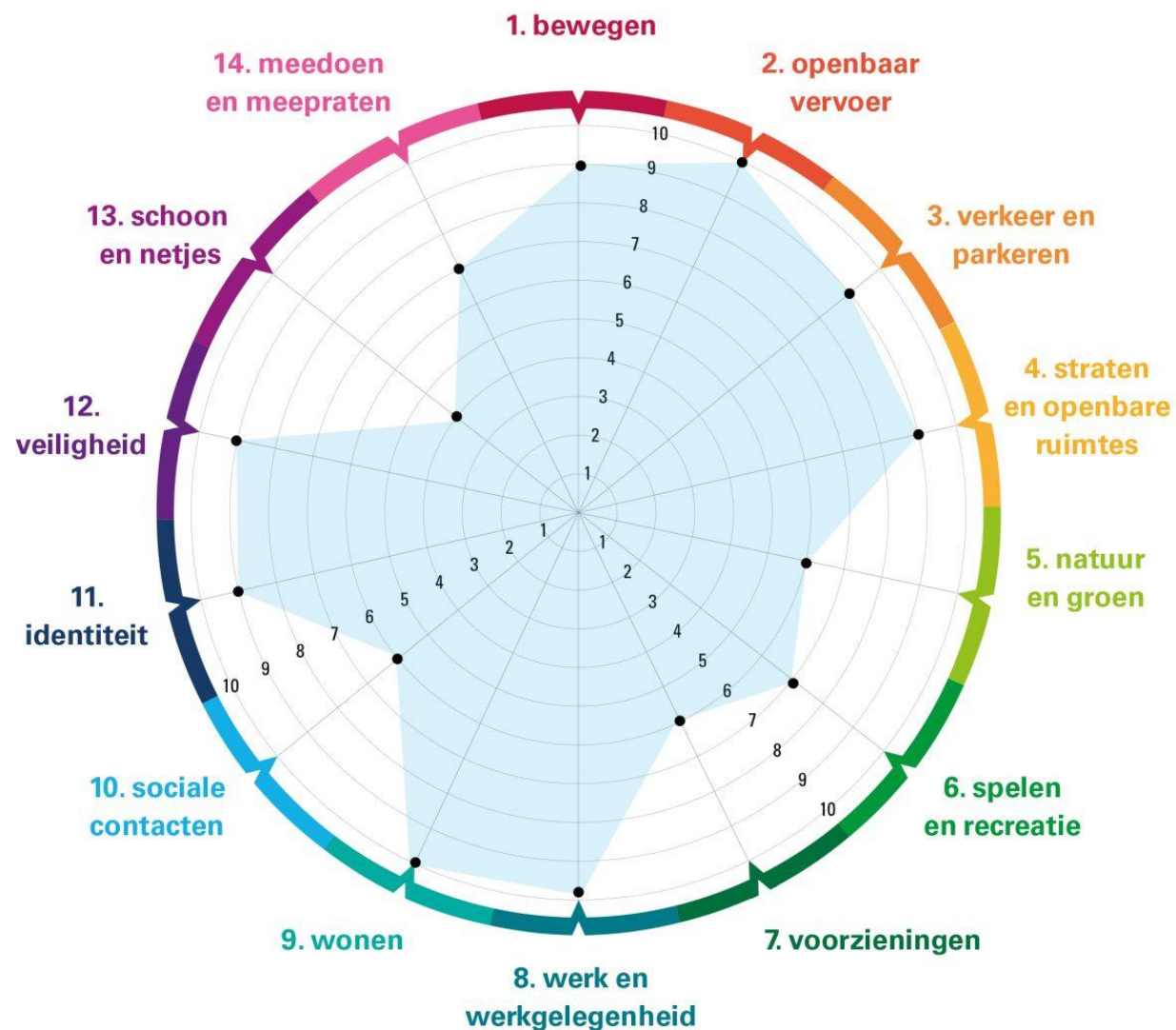
Wandeling met de
Leefplekmeter

Huiswerkopdracht Leefplekmeter

- Klein groepje vormen
- Gebied afspreken
- Zelf voorbereiden:
 - Wat weet ik van dit gebied?
 - Wat is ons beleid?
 - Wat is onze ambitie en wat is onze inzet?
- Samen naar het gebied
 - Vul de Leefplekmeter in
 - Bespreek jullie bevindingen
- Pitch jullie bevindingen voor de groep

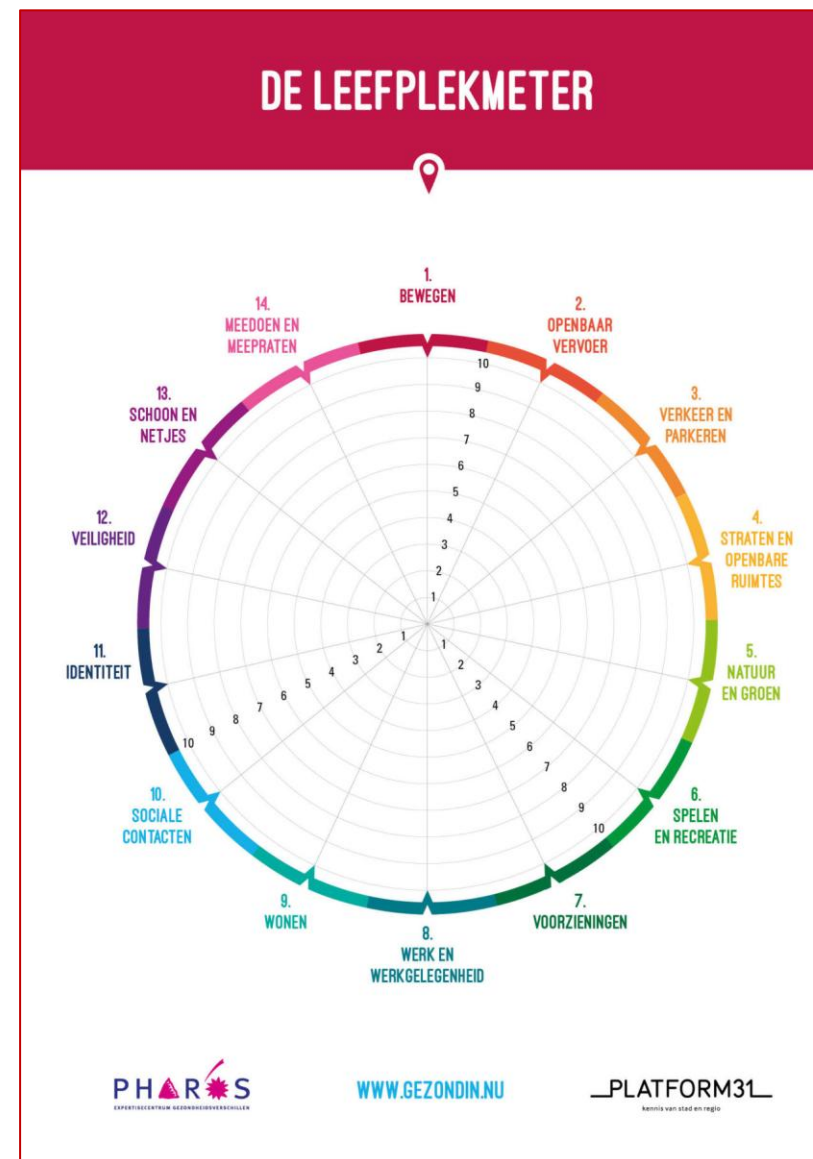


Wat vind je van je leefplek?



Vergeet de inwoners zelf niet!

- Inwoners zijn experts van omgeving
- Omgevingswet bepleit betrekken bewoners
- Ervaringen gebruik omgeving dienen als input voor verbeteringen
- Inwoners kunnen rol spelen bij beter maken van leefplek
- Niet over, maar met mensen
- Extra investering in bereiken bewoners levert nieuwe/andere inzichten op
- Kan bij hele traject (gebiedsontwikkeling, omgevingsplan, etc.)
- Meer eigenaarschap, beter beheer



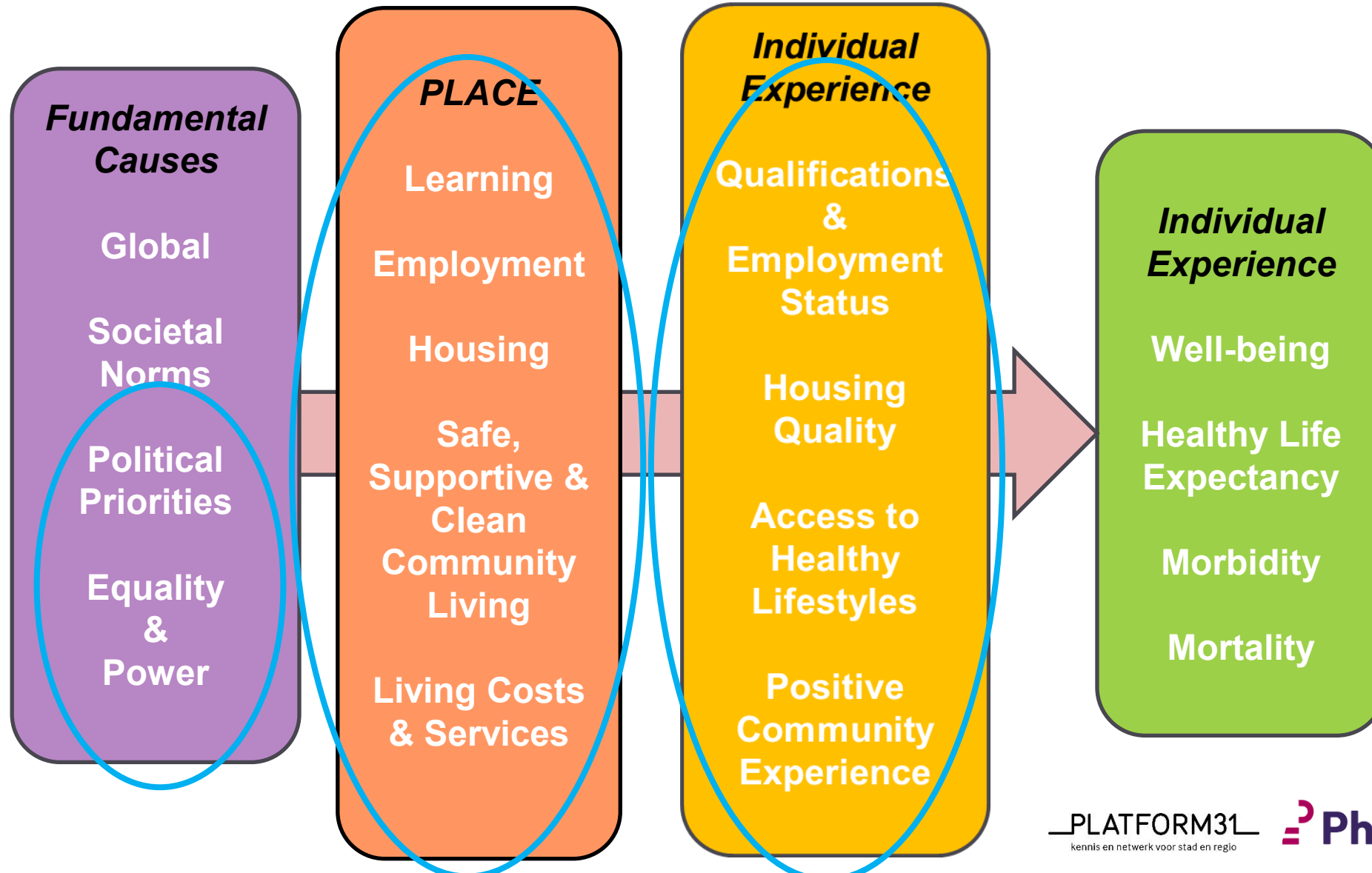
De Leefplekmeter – afgeleid van Schotse Place Standard

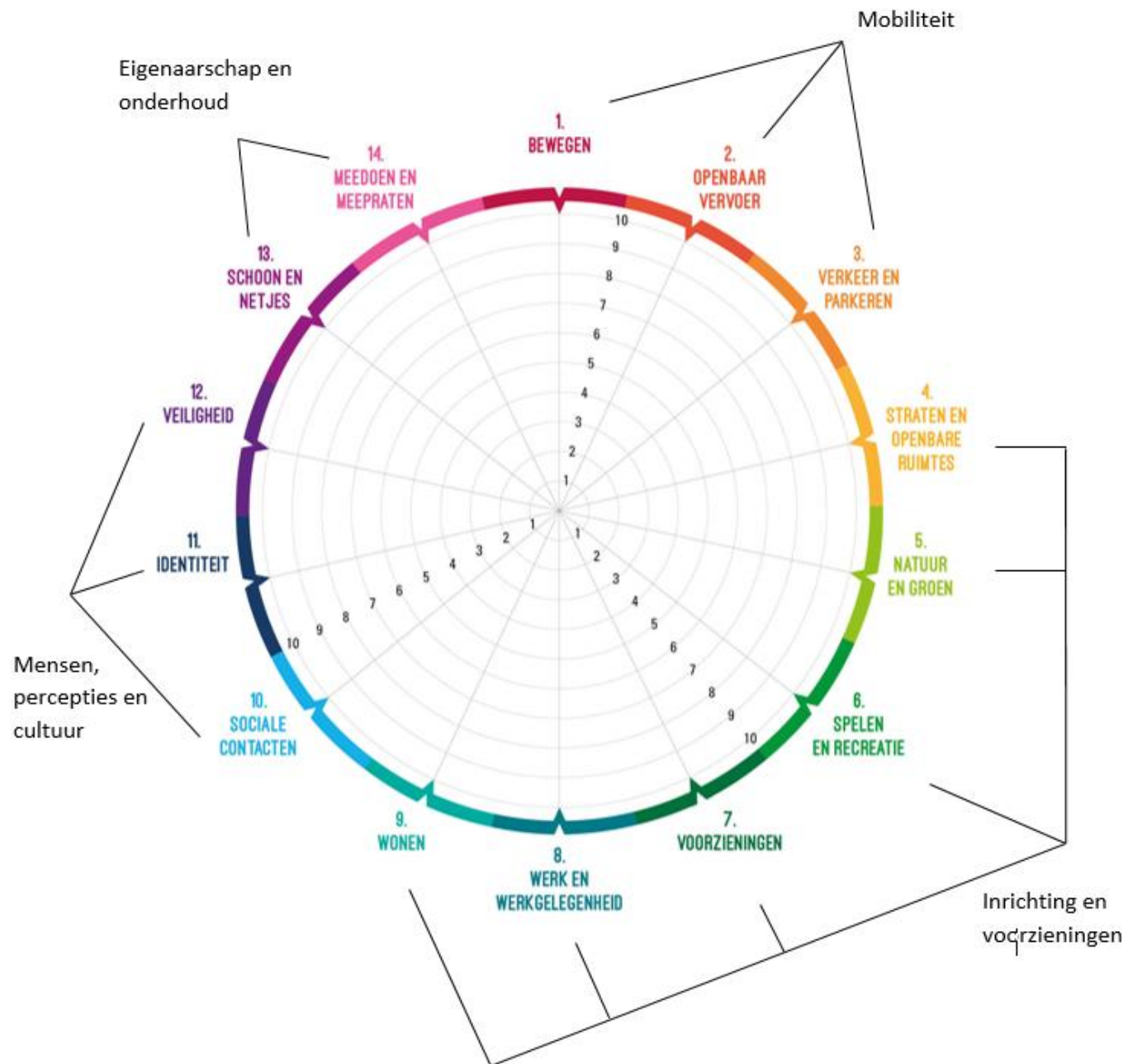


Partners:

- ☐ Scottish Government (Planning & Architecture)
- ☐ NHS Health Scotland
- ☐ Architecture & Design Scotland
- ☐ Glasgow City Council

Schotse onderbouwing: de oorzaken van (on)gezondheid zijn basis voor 14 thema's





Doel en principe Leefplekmeter / Place Standard

Place Standard Purpose



...to support the delivery of high quality places in Scotland and to maximise the potential of the physical and social environment in supporting health, wellbeing and a high quality of life.

Place Standard Principles

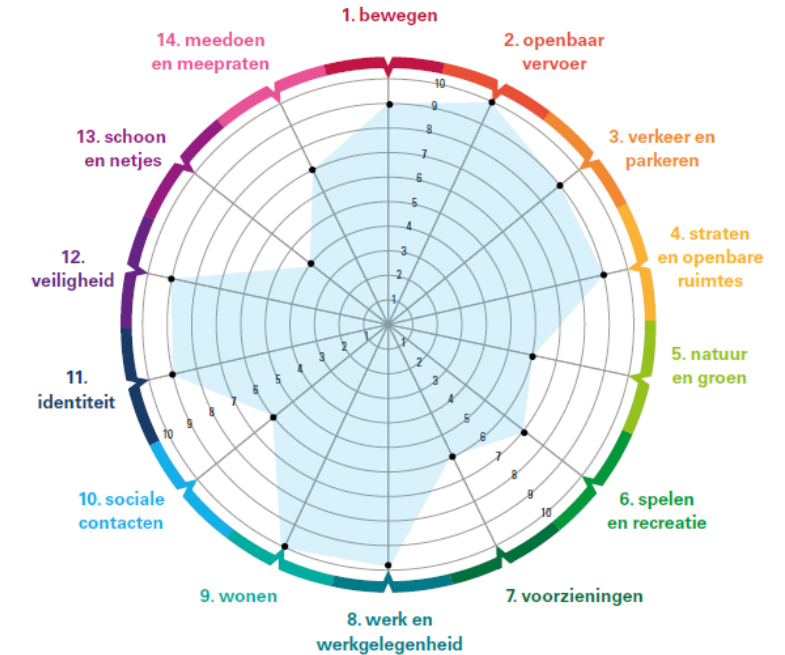


Are we having the right conversations with the right people at the right time to change things for the better?

Wat is de Leefplekmeter?

- ✓ Een instrument om de kwaliteit van een leefplek vast te stellen
- ✓ Toe te passen op plekken die er al zijn, die veranderen, of nog in de planfase verkeren
- ✓ Gebaseerd op kennis over de positieve rol die omgeving kan spelen bij het terugdringen van gezondheidsverschillen
- ✓ 14 simpele vragen
- ✓ Kan gebruikt worden door bewoners en/of professionals, individueel of in groepsverband
- ✓ Geeft een zichtbare uitkomst en bidet gestructureerde gesprekken over belangrijke thema's
- ✓ Niet: Normerend, standaardiserend. Het gaat om BELEVING

DE LEEFPLEKMETER



Werkvorm 5

Verkennen relatie
gezondheidsthema's,
ruimte en
oplossingsmogelijkheden

In gesprek over een gezondheidsthema

Benoem enkele **gezondheidsthema's**.
Denk aan:

- Eenzaamheid senioren
- Overgewicht 13-18-jarigen
- Alcoholgebruik (doelgroep?)
- ...

Koppel daaraan een **specifieke doelgroep** en eventueel een specifiek gebied (kern/wijk/dorp)

Kies een thema en vorm kleine groepen (gemengd of per domein)

- In **linker** kolom: lijst met oorzaken van gezondheidsthema voor deze doelgroep
- In **middelste** kolom: relatie met ruimtelijk domein (kan RO deze specifieke oorzaak oplossen?
-, -/+, ++)
- In **rechter** kolom mogelijke oplossing vanuit RO

Gezondheidsthema + doelgroep (+ gebied)

...

oorzaken

relatie
met ruimte

oplossingen

Werkvorm 6

Inventariseer
bestaand beleid, visie
en strategie

Huiswerkopdracht

Inventariseer bestaand beleid en visie

- Spreek af met een collega van het andere domein
- Stuur elkaar een recente beleidsnota of recent visiedocument
- Scan het document op 'koppelkansen'
 - welke linkjes zie je met je eigen werk of dat van directe collega's?
- Selecteer de kansen met de meeste impact, of juist 'laaghangend fruit'
- Pitch die kansen op de eerstvolgende bijeenkomst

