



Biodiversiteit werkt...

voor de gezondheid van jong en oud

Waar gaat het om?

- Speelgroen in de stad is goed om overgewicht bij kinderen tegen te gaan.
- Maar het is ook goed voor de gezondheid van volwassenen, onder andere door het verminderen van stress.

Ecosysteemdiensten

Biodiversiteit in de stad levert aantrekkelijke groene (speel) ruimte en draagt daarmee bij aan meer beweging. Er zijn aanwijzingen dat groen in de stad ook langs andere wegen bijdraagt aan de gezondheid in de vorm van stressreductie, tegengaan van depressies en het faciliteren van sociale samenhang in de buurt.

Overgewicht is een belangrijk en nog steeds groeiend maatschappelijk probleem, ook onder kinderen. Momenteel is bij 1 op de 7 jongens en 1 op de 6 meisjes sprake van overgewicht. Het kabinet heeft besloten in het gezondheidsbeleid het accent op bewegen te leggen. In 2009 haalde slechts 22% van de jeugdigen (4-17 jaar) de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen. Voor kinderen vervult een buitenruimte die uitnodigt tot spelen daarin een belangrijke rol. Kinderen die 1 uur per dag buiten spelen worden 30% vaker als minder gezond gezien dan kinderen die 2 uur buiten spelen. Bij het buitenspelen is natuurlijk groen van groot belang. Contact met natuur bevordert bij kinderen de ontwikkeling van motoriek, concentratie, inlevingsvermogen en sociaal functioneren.

Voorbeelden en feiten

- De maatschappelijke kosten van overgewicht (inclusief obesitas) in Nederland bedragen momenteel meer dan 3 miljard euro per jaar. Overgewicht op jonge leeftijd vormt een risicofactor voor overgewicht op latere leeftijd. Het bestrijden van overgewicht bij kinderen vermindert dus ook toekomstige gezondheidskosten.
- In stadswijken met minimaal 5 ha 'groen', komt 18% minder overgewicht voor bij kinderen.
- Biodiversiteit in de woonomgeving is meer algemeen gerelateerd aan het voorkomen van met name depressies en angststoornissen. Depressies vormen, naast overgewicht, een speerpunt in het gezondheidsbeleid. Depressie is één van de duurdere ziekten. In 2005 kostte de zorg voor depressie 773 miljoen euro. In totaal maakten de kosten voor depressie 1,1% uit van de totale kosten voor de gezondheidszorg.

Bronnen en meer informatie

www.biodiversiteit.nl/ecosysteemdiensten

Verder lezen

www.convenantgezondgewicht.nl

www.jongerenopgezondgewicht.nl

<http://www.whitehutchinson.com/children/articles/nature.shtml>

Contact

Gert Eshuis, <gert.eshuis@minienm.nl>

Colofon

Dit is een publicatie van het Programma Biodiversiteit van de ministeries van IenM, BuZa en EL&I. Met tekstbijdragen van: Kees Hendriks Sjerp de Vries (Alterra Wageningen Universiteit en Research Centre). Foto's: Wageningen Universiteit en Research Centre

Wat werkt en wat werkt niet?

Ruimte waar kinderen veilig zelfstandig buiten kunnen spelen staat al geruime tijd onder druk. Zo is het verkeer intensiever geworden, waardoor de verkeersveiligheid een groter probleem is gaan vormen. Tegelijkertijd nemen geparkeerde auto's een aanzienlijk deel van de openbare ruimte in beslag. In dat kader heeft het toenmalige ministerie van VROM in 2006 een aanbeveling uitgebracht aan gemeenten om minstens 3% van de buitenruimte te bestemmen voor buitenspelen. Maar het 'compacte-stad' denken stimuleert minder dan meer (veilige) buitenspeelruimte in de woonomgeving. Door inbreiding is veel (speel)groen uit de stedelijke omgeving verdwenen.

Naast de fysieke veiligheid is ook de sociale veiligheid van de buitenruimte afgenomen. Er zijn tegenwoordig minder 'ogen op de straat' dan vroeger, de maatschappij is individualistischer, en omstanders zijn minder geneigd tot ingrijpen bij incidenten. Door deze gevoelde sociale onveiligheid wordt nog aanwezig speelgroen ook nog eens minder gebruikt.

Wat kunt u doen?

Kinderen van 4 tot 12 jaar hebben voor hun beweging baat bij voldoende geschikt speelgroen, bij voorkeur dichtbij huis. Dit speelgroen moet wel tegelijkertijd uitdagend en veilig zijn, zeker ook volgens de ouders. Omdat het fysiek uitbreiden van groen in een stedelijke omgeving moeilijk zal zijn, biedt met name het omvormen van kijkgroen (plantsoenen) naar speelgroen (groene speeltuinen, speelbossen) kansen. Daarnaast is het zaak voldoende buitenruimte voor oudere kinderen en tieners te creëren, om verdringing te voorkomen.

Aanleg en onderhoud van stadsgroen (parken, geveltuinen, groene daken etc.) is ook belangrijk voor andere doelen zoals ziekteherstel, verfraaiing, verbeterd ecologisch functioneren en stadskoeling. Zie bijvoorbeeld de factsheet Stadskoeling.