

# Factsheet Groen

---

## GROEN HEEFT POSITIEVE INVLOED OP GEZONDHEID

Een groene omgeving heeft op verschillende manieren een positief effect op de gezondheid. Uit diverse onderzoeken komen de volgende effecten naar voren bij mensen die in een groene omgeving wonen (Advies Gezondheidsraad 2017; Wereldgezondheidsorganisatie, 2017):

- Men voelt zich gezonder
- Men gaat minder vaak naar de huisarts met angst- of depressieve klachten
- Er komen minder hart- en vaatziekten voor
- Er is minder gebruik van slaapmedicatie, antidepressiva, kalmeringsmiddelen
- Het geboortegewicht is minder laag
- Heeft een gunstig effect op de bloeddruk bij zwangere vrouwen
- Het leervermogen gaat vooruit op scholen in de nabijheid van groen
- Kinderen vertonen minder gedragsproblemen
- Het herstelvermogen na ziektes neemt toe
- Kinderen bewegen meer en brengen minder tijd door met tv kijken, computerspelletjes, e.d.

Groen kan ook indirect een positieve invloed hebben op de gezondheid:

- Groen geeft schaduw en heeft een isolerende werking. Op een hete zomerdag kan het wel 10 tot 15 graden koeler zijn onder een boom dan in de zon.
- Gevelgroen en groene daken hebben een isolerende werking; 's zomers werkt een begroeide muur verkoelend en 's winters beschermen groenblijvende klimplanten een gebouw tegen kou en slagregens.
- Groen beschermt tegen wind.
- Meer groen draagt in perioden van extreme hitte bij aan minder hitteoverlast in steden.
- Voldoende waterbergend vermogen van de (minder versteende) bodem zorgt bij extreme hoeveelheden neerslag voor minder wateroverlast en voor minder verdroging.

## GEZONDHEIDSVerschillen TUSSEN BEVOLKINGSGROEPEN

Bepaalde groepen blijken meer te profiteren van groen in de omgeving dan andere. Dat geldt voor kinderen, jongeren, ouderen en mensen met een lage sociaaleconomische status. Dit komt waarschijnlijk doordat deze bevolkingsgroepen gemiddeld meer tijd doorbrengen in hun directe woonomgeving, waardoor ze ook meer profiteren van het groen in de omgeving en dat het contrast met een ongezondere leefstijl groter is (Wereldgezondheidsorganisatie, 2017, 2016). Het is daarom van belang een goed beeld te hebben van sociaaleconomische en demografische kenmerken van een wijk of buurt bij de interpretatie van de Quickscan score. Mogelijk kunnen maatregelen om meer groen te realiseren extra impact hebben.

## INDICATOR VAN GROEN

Groen heeft grofweg twee kwaliteiten die de gezondheid bevorderen:

1. Stress reducerend of zichtgroen.
2. Beweging bevorderend of gebruiksgroen.

Onderzoek suggereert dat zichtbaarheid van groen een rol speelt in het positief beïnvloeden van de gezondheid. Het gaat daarbij vaak om een stress reducerend effect bij mensen. Dit kan om uiteenlopende soorten van groen gaan. Het gaat dan onder andere om het absolute percentage zichtbaar groen. Weiland en dragen bijvoorbeeld in mindere mate bij aan bewegingsbevordering, maar hebben klaarblijkelijk wel een effect op gezondheid. De voorgestelde indicator voor groen is dan ook het percentage groen in de buurt aan de hand van een compilatie van de hoeveelheid bomen, struiken en lage vegetatie.

In veel gevallen bevordert de aanwezigheid van groen ook de mate van beweging. Denk bijvoorbeeld aan een bos of een park waar men kan wandelen. Meer informatie hierover is te vinden in de factsheet Bewegen.

## DATA OVER GROEN

In de klimaateffectatlas wordt een percentage aangegeven in een zestal verschillende klassen. Ga op <http://www.klimaateffectatlas.nl/nl/> naar het tabblad 'Hitte'. Deze tab is in sommige browsers versies verborgen onder de banner met Home > Viewer. Maak in dit geval gebruik van de pijltjestoetsen of de balk aan de rechterzijde om omhoog te scrollen. Bij 'Gevoelige functies en ruimtelijke kenmerken' kan 'Groen per buurt' worden aangevinkt. Er staan hier zes klassen groen. In de Quickskanscore voor groen zijn de hoogste twee klassen (40-50% en >50%) samengevoegd tot één score >40%. Klik dan ook onder 'zoek gemeente' de gewenste gemeente aan.

Deze kaart geeft het percentage groen per buurt weer. Bomen, struiken en lage vegetatie worden gezien als groen. Hiervoor is gebruik gemaakt van informatie van het Kadaster (Top10NL) uit 2014. Voor de buurtindeling op deze kaart is de CBS buurtindeling van 2013 gebruikt.

## GEZONDHEIDSAMBITIE VOOR GROEN

De gezondheidsambitie is dat het percentage groen 30% of hoger is. Voor het bepalen van de ambitie is het van belang om te kijken naar lokale omstandigheden. Er kan voor worden gekozen om voor bepaalde buurten en wijken een andere ambitie vast te stellen. De mate van verstedelijking is van groot belang voor de verwachtingen aan en wensen ten aanzien van het percentage groen.

## SCORE BEPALEN VIA DE KLIMAATEFFECTATLAS

De score kan per buurt worden afgelezen van de kaart zoals aangegeven onder Data.

Percentage groen per buurt	<10%	10-20%	20-30%	30-40%	>40%
Quickscan score	1	2	3	4	5

## INTERPRETATIE

*Score van 4 of 5:* In dit bereik kan gesproken worden van een groene kern of een groene stad. Hier is het groen in het algemeen duidelijk zichtbaar in het straatbeeld en kan wezenlijk bijdragen aan een gezondheid bevorderend effect.

*Score van 3:* Hier is sprake van een minimum hoeveelheid groen om nog van een gezondheid bevorderend effect te kunnen spreken.

*Score van 1 of 2:* Hier is de aanwezigheid van groen in het straatbeeld marginaal of selectief. Afhankelijk van de lokale situatie kan hier een grote uitdaging liggen om groenvoorzieningen te realiseren. Extra groen heeft hier een relatief grote impact.

## MOGELIJKHEDEN EN VOORBEELDEN VOOR GEZONDE INRICHTING

- Locatieonderzoek op basis van een integrale benadering van bodem, water en groen;
- Groenvoorzieningen opnemen in ruimtelijke plannen;
- Gebruiksgroen binnen 300 meter;
- Looproutes naar ingangen van parken verbeteren;
- Voldoende zichtgroen;
- Fijnmazig, attractief, makkelijk toegankelijk en veilig net van fietspaden en looproutes;
- Voldoende op verschillende doelgroepen gerichte attractieve, goed bereikbare en veilige speel- en sportplaatsen en gebruiksgroen;
- Participatie: betrek burgers bij de ontwikkeling en het beheer van groenvoorzieningen.

Punten van aandacht bij aanleg van groen:

- Geen/beperkt pollen en niet giftig groen;
- Gemakkelijk te beheren groen;
- Goed onderhoud van groen;
- Sociaal veilige inrichting groen;
- Betrekken van het 'kleine' groen in de buurten, de straatbomen, de monumentale bomen, sportvelden, begraafplaatsen, heemtuinen, stadsboerderijen, de amateurtuincomplexen en de particuliere tuinen.

## MEER INFORMATIE EN LITERATUUR

- Advies Gezondheidsraad 2017  
[https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/201705\\_gezond\\_groen\\_in\\_en\\_om\\_de\\_stad.pdf](https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/201705_gezond_groen_in_en_om_de_stad.pdf)
- Wereldgezondheidsorganisatie, 2017. Urban Green Space Interventions and Health. A review of impacts and Effectiveness <http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/publications/2017/urban-green-space-interventions-and-health-a-review-of-impacts-and-effectiveness.-full-report-2017>
- Wereldgezondheidsorganisatie, 2016. Urban Green Space Interventions and Health. A review of Evidence <http://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/publications/2016/urban-green-spaces-and-health-a-review-of-evidence-2016>
- GezondOntwerpWijzer <http://www.atlasleefomgeving.nl/web/gow/groen-en-water>
- 'Een groene gezonde wijk' [http://www.springzaad.nl/litdocs/een\\_groene\\_gezonde\\_wijk.pdf](http://www.springzaad.nl/litdocs/een_groene_gezonde_wijk.pdf)
- Groen dichterbij <http://www.groendichterbij.nl/hoegroengoeddoet>
- Klimaat-effectatlas <http://www.ruimtelijkeadaptatie.nl/nl/klimaat-effectatlas>
- Nationaal Georegister <http://nationaalgeoregister.nl/geonetwork/srv/dut/catalog.search#/home>