

Loopvriendelijke omgevingen



Annemieke Molster november 2019

Verhaal van vandaag

Een loopvriendelijke omgeving:

- 1: Waarom zou je dat willen?
- 2: Hoe ziet zo'n omgeving eruit?

Lopen is..... voor iedereen



Lopen maakt mensen mobiel

- Noodzakelijk: 30% van de Nederlandse huishoudens heeft geen auto



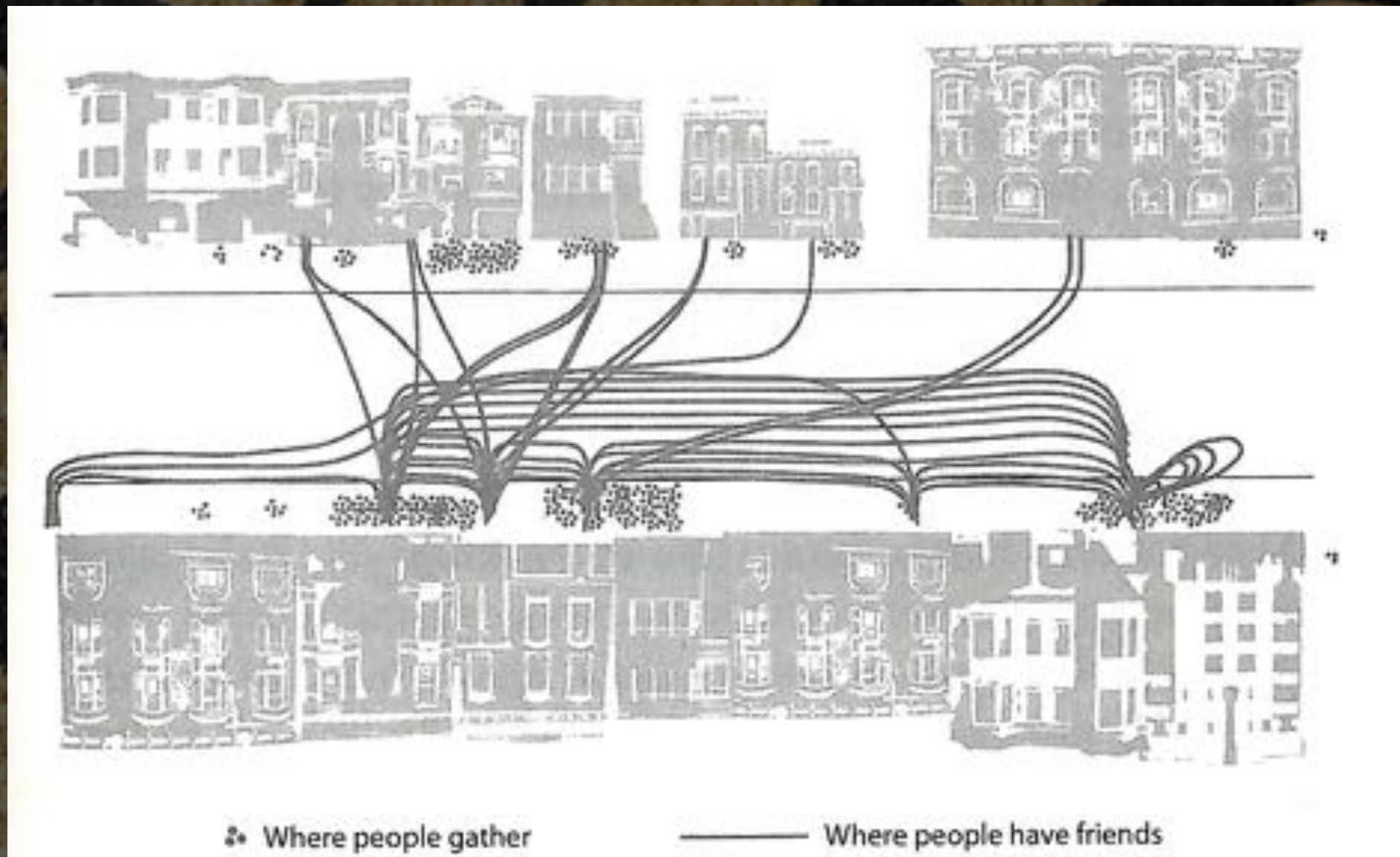
- 70% van alle deelverplaatsingen gaat te voet



Lopen is.....gezellig

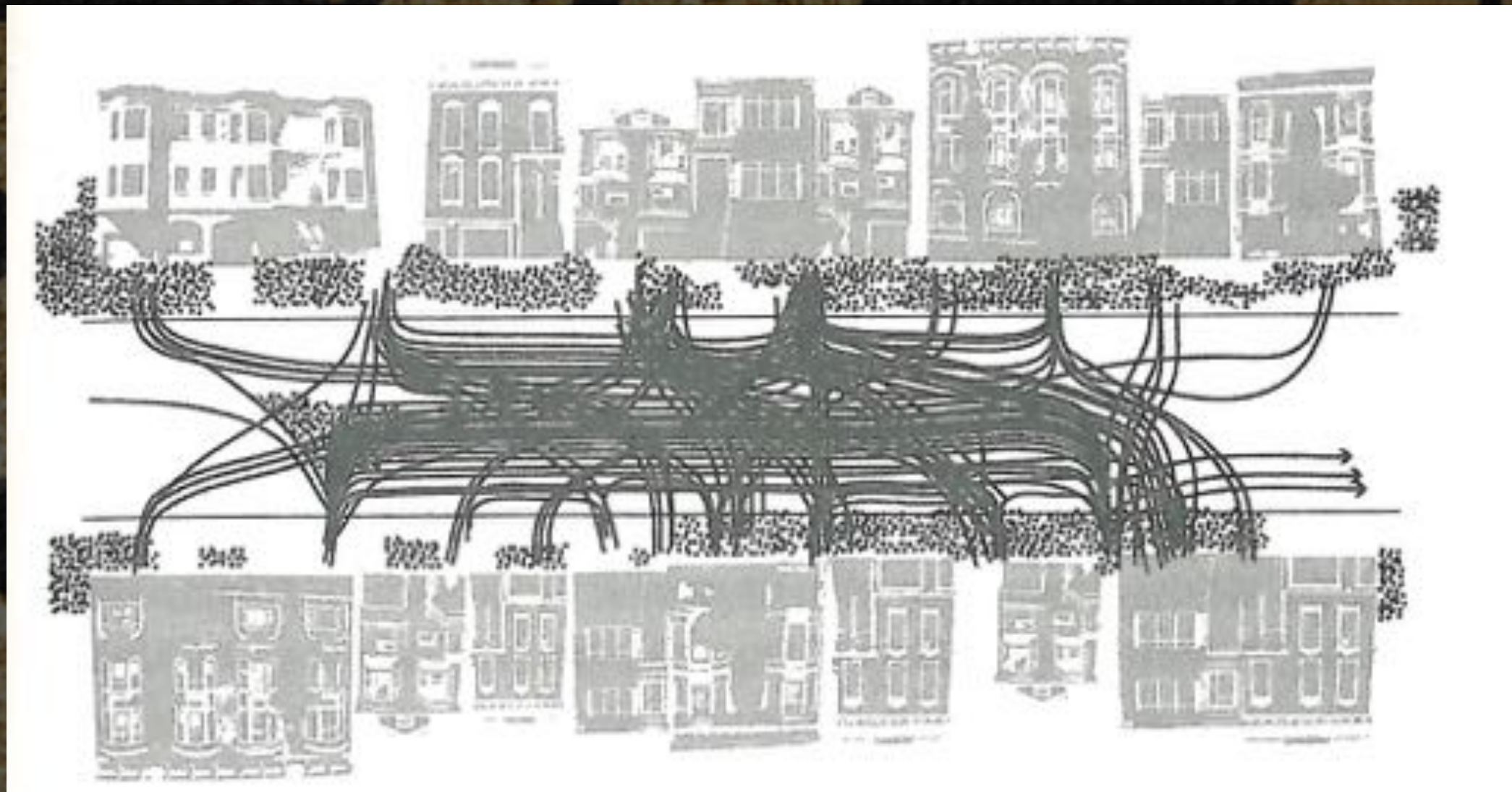


Lopen is....gezellig



drukke straat:
0,9 vrienden
3,1 kennissen

Lopen is....gezellig



rustige straat:
3 vrienden
6,3 kennissen

Lopen brengt leven op straat



Lopen is..... gezond

In de vier grote steden ook forse toename van depressie en diabetes verwacht

Randstedeling wordt eenzaam en dik

Van onze verslaggever
Bart Dirks

DEN HAAG Het aantal inwoners met overgewicht, lijdend aan eenzaamheid en met een verhoogd risico op angst, depressie, diabetes of een hartinfarct zal in Den Haag de komende jaren fors stijgen. Dat blijkt uit een studie van GGD Haaglanden. In 2020 is de helft van de volwassen Hagenaars eenzaam en te zwaa. Volgens epidemiologen gelden de trends ook voor Amsterdam, Rotterdam en Utrecht.

De forse groei van het aantal klachten komt volgens de GGD door de vergrijzing en door de toename van het aantal inwoners van niet-westerse afkomst. Zo komt diabetes meer tot vlot voor onder Hindoestanen, Turken en Marokkanen.

“In absolute aantallen neemt eenzaamheid het hardst toe, met ruim 15 duizend Hagenaars. Dat komt doordat eenzaamheid vaak voorkomt onder 65-plussers en niet-westerse allochtonen”, aldus de onderzoekers. “Jehi deze groepen zullen groeien.”

De conclusies staan in het epidemiologisch Bulletin, een tijdschrift voor volksgesondheid en onderzoek in de regio Haaglanden. De GGD baseert zich op de Haagse Gezondheidsenquête

2012 en op de bevolkingsprognose voor 2020.

De Haagse trends zien we in de andere G4-steden terug”, reageert Les Burdorf, als hoogleraar aan het Erasmus MC in Rotterdam gespecialiseerd in factoren die de volksgesondheid bepalen. Ook Burdorf wijst op de vergrijzing en de veranderende bevolkingsamenstelling. Bovendien spelen huisartsen tegenwoordig actiever aandoeningen op.

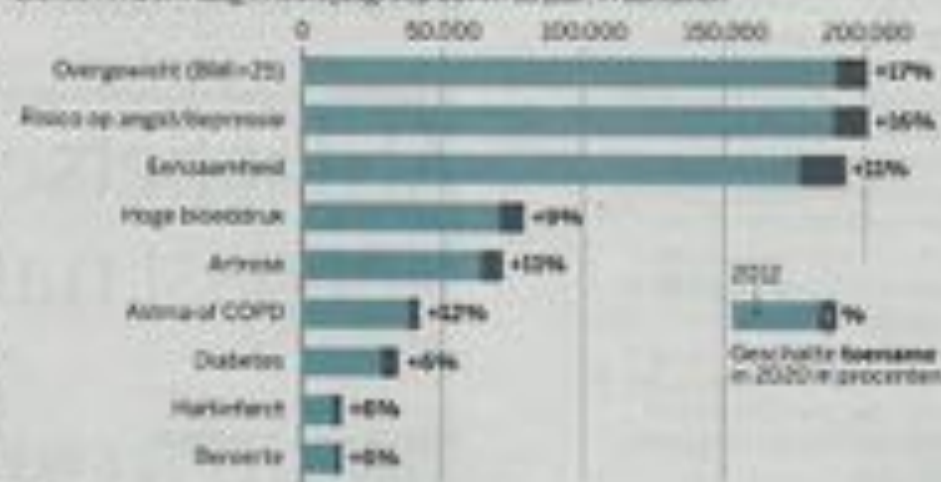
“Dit geldt zeker voor hoge bloeddruk, diabetes en depressie, dan die cijfers zullen hoger zijn”, aldus Burdorf. “Als de opsporing nog meer verbetert, zullen deze ziekten nog steeds toenemen, maar wel in lichtere vorm. Dat maakt ze beter behandelbaar.”

De GGD adviseert Den Haag “met de partners in de stad een stevige preventiestructuur” op te zetten. Door de stijging van eenzaamheid, overgewicht, angst en depressie zullen de ziektenlast en zorgkosten in 2020 flink zijn toegenomen.

Preventie en tijdige signalering zijn dan ook belangrijk, aldus de Haagse CDA-wethouder Karsten Klein (Zorg). “Veel klachten zijn te voorkomen door een gezond voedingspatroon en voldoende beweging. Daarom willen we veel energie in het stimuleren van een gezonde leefstijl.” Klein wijst erop dat Centra voor Jeugd en Gezin, Centra

Hagenaars steeds ongezonder

Ziekten in Den Haag in leeftijdsgroep boven 25 jaar, in aantallen



Bron: GGD Haaglanden, Bureau Landmeetkunde, Bureau

voor Ouderen, scholen en versnietingsinstellingen gaan samenwerken met op te richten sociale wijkzorgteams. “Die richten zich op kwetsbare groepen.”

Anton Kunst, hoogleraar sociale epidemiologie aan het AMC in Amsterdam, plaatst daar kanttekeningen bij. “De eerste stap is natuurlijk wel moeten mensen leren gezonder te leven. Maar mensen laten zich dat niet zo gemakkelijk vertellen. Er is al veel onderzoek gedaan naar hoe je gezondheids-

problemen bij minderheidsgroepen kunt aanpakken. Helan blijken de effecten van voorlichting en advies vaak gering te zijn.”

Kunst wijst op onderzoek naar het effect van één-op-éénadvies over gezond eten en meer bewegen aan Hindoestanen. Naafloop bleek het gezondheidsgedrag niet meer verbeterd dan van een controlegroep die geen begeleiding van diëtisten had gekregen. “Zodra mensen weer thuis komen, zitten ze in een totaal andere wereld.”

Het is daarom vaak niet alleen naar het individu te kijken, aldus Kunst. “Je moet de eet- en leefgewoonten van de bevolking als geheel aanpakken. Bijvoorbeeld zorgen dat de middenstand meer aandacht krijgt voor groente productie. Sterk duidelijker is dat mensen in een achterstandsituatie ongezonder leven. Ze hebben andere zorgen aan hun hoofd. Als je in een overbevolkt pand zit en je krijgt te horen dat je gezonder moet leven, dat lukt natuurlijk niet.”

De grote steden moeten daarom volgens Kunst investeren in psychosociale zorgen om beter leefklimaat. “Zorg dat een achterstandwijk niet nog verder aftakt. Gezondheid hangt direct samen met leefomstandigheden. Juist door daarin te investeren, investeert je in een gezonde toekomst.”

Het tegengaan van eenzaamheid is een prioriteit voor de Haagse wethouder Karsten Klein. “We willen zoveel mogelijk mensen actief laten meedoen in de maatschappij. De diensten en voorzieningen van ons ouderenbeleid sluiten daarbij aan. Denk aan huisbezoeken door de welzijnsorganisaties en de wijkverpleegkundige. Zij hebben een signalerende functie. Denk ook aan de inzet van de Luchthaven en de activiteiten van de Boedochappenbegeleidingsdienst. Zo kunnen ouderen onder de mensen blijven komen.”

Lopen is..... gezond



In NL voldoet **46%** van de bevolking **niet** aan de beweegrichtlijn (150 minuten per week bewegen).

Onvoldoende bewegen hangt samen met zeker 471 miljoen euro aan directe zorgkosten per jaar (793 incl depressie).

In een voetgangersvriendelijke omgeving beweegt bijna de helft van de bewoners genoeg en anders maar ongeveer een kwart (Amerikaanse studie).

Lopen is makkelijk op te nemen in je dagelijkse bezigheden en daarom voor de meeste mensen makkelijker vol te houden dan bijvoorbeeld fitness.

Lopen is..... milieuvriendelijk



- fijnstof
- CO₂
- geluid
- trillingen

Lopen is..... veilig (voor anderen)

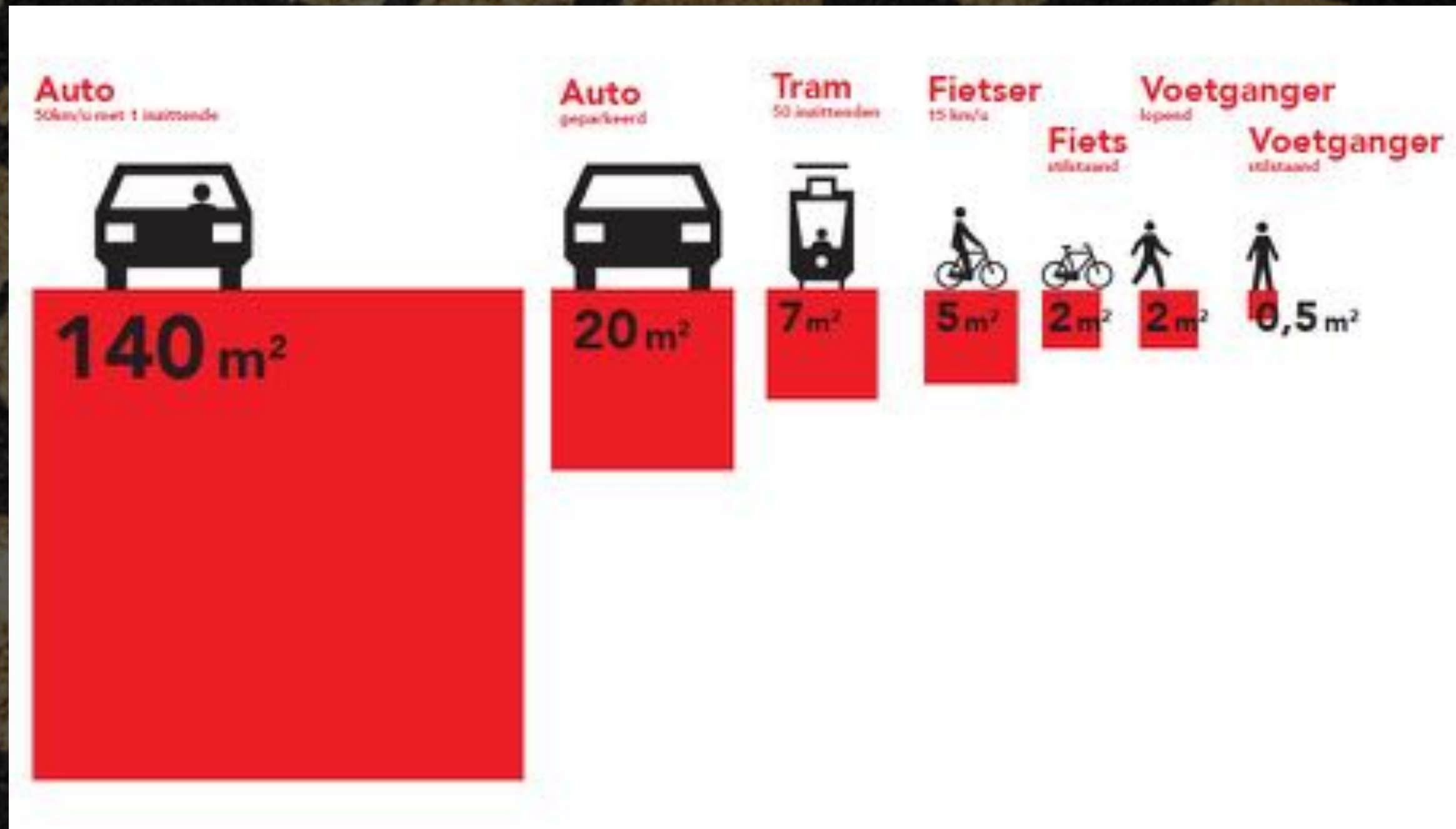


* incl. snorfietsers

** gegevens motor/bromfiets als tegenpartij niet beschikbaar

Bron: SWOV

Lopen is.... ruimte efficiënt



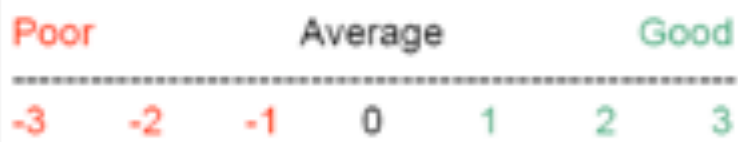
Lopen is..... goed voor de economie



Lopen is..... goed voor de economie

Phase 2: Property Values, Rents & Land Values

PERS Pedestrian Environment Review System



1pt increase in PERS score =
↑ 1.62% residential prices
↑ 1.22% shop rental values

PERS Attribute	Before	After	Change
Personal Security	-2	2	4
Lighting	-1	2	3
Qual. of Environment	-2	2	4
Maintenance	-3	3	6
Gradient	-1	2	3
Surface Quality	-3	2	5
User conflict	-1	1	2
Obstructions	-2	0	2
Dropped kerbs	-1	0	1
Permeability	-2	0	2
Colour contrast	-2	-1	1
Legibility	-1	1	2
Effective Width	-1	3	4
Tactile information	-1	1	2
Total	-23	18	41

urbandesign.tfl.gov.uk

Lopen is..... goed voor de economie

Know your customer!

How customers actually travel to the shops in Graz



44% (25%)

8% (5%)

16% (12%)

32% (58%)

Actual mode of customer travel
(Shopkeepers estimates in brackets)

Source: Socialdata GmbH

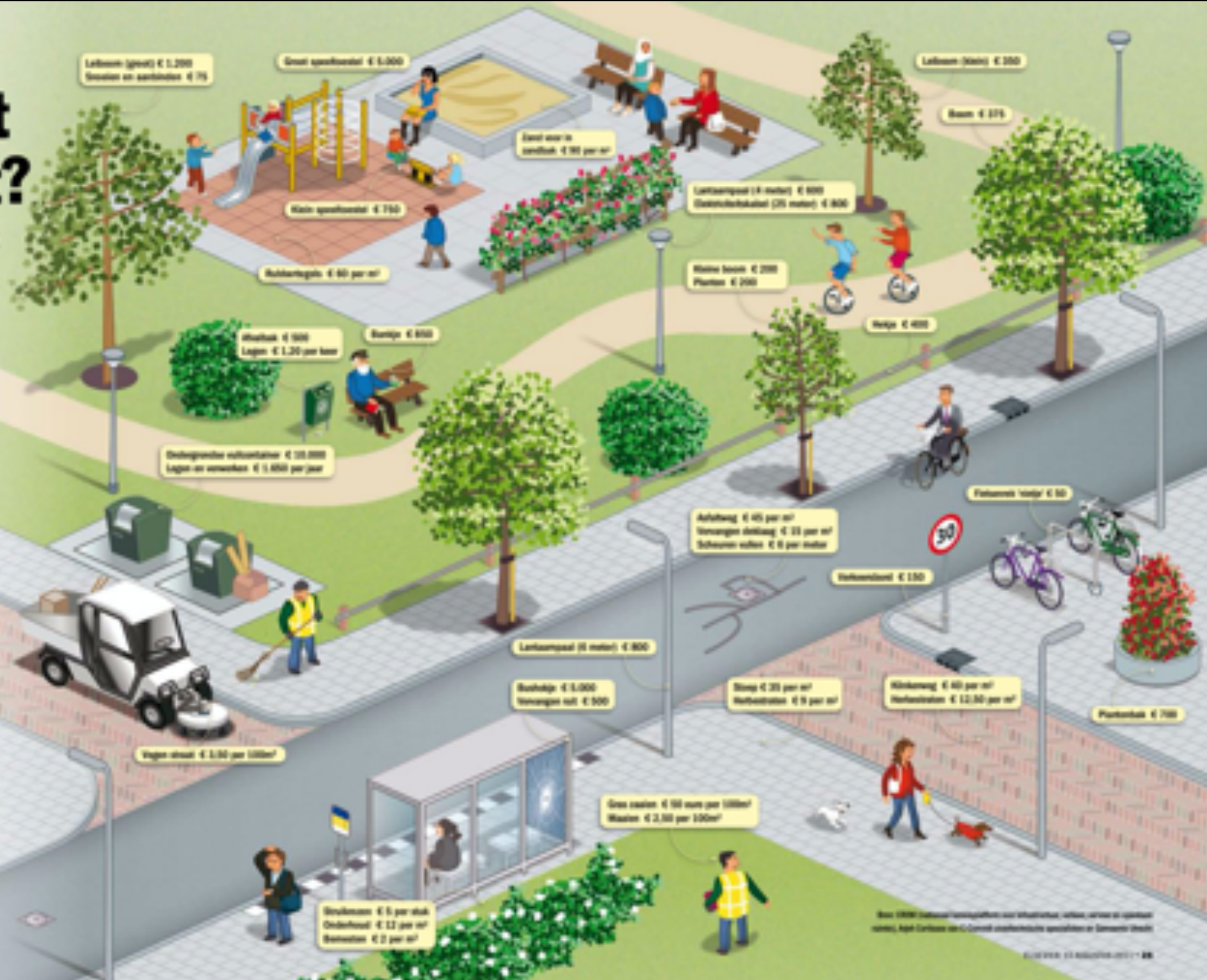
Lopen is.... goedkoop



OPENBARE RUIMTE

De prijs van stoep en struik

In de infographic hieraan is te zien wat de gemiddelde opbrengste volgens kost. Hier zijn afgeronde bedragen. In de bedragen is 21 procent aan overige kosten: management, sociale arbeidskosten, uitvoeringskosten, overbrengkosten en andere belangrijke kosten.



Lopen is..... lekker langzaam



De wandelaar heeft geen haast

Lopen naar het werk

Lopen is geen voor de hand liggende keuze. Pak de auto of de fiets, en je bent stukken sneller op je werk. Toch levert dat wandelen een hoop op: „Het is een efficiënte manier van een moment voor jezelf nemen, door inefficiënt te reizen.“

✎ Anne Corré

© 20 juli 2017



‘vrij van laptops en telefoons’

‘een leeg hoofd’

‘gewoon relaxed’

Lopen is.....goed voor iedereen



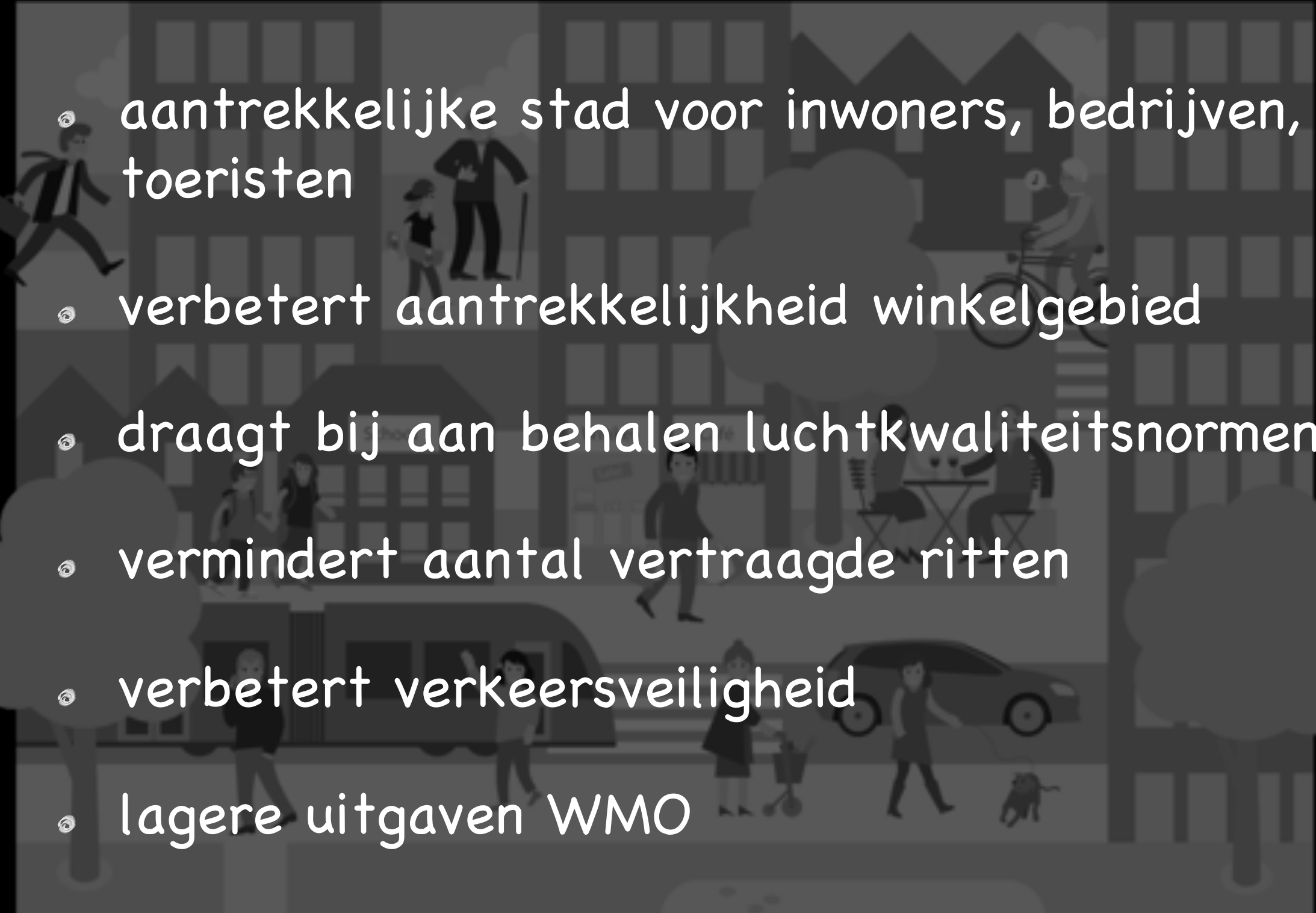
Lopen is....goed voor de maatschappij en de gemeente



Lopen: goed voor de maatschappij

- iedereen neemt deel aan de maatschappij
- zelfstandige kinderen met beter verkeersinzicht en betere schoolprestaties
- fittere werknemers met hogere arbeidsproductiviteit
- zelfredzame ouderen, die langer gezond blijven
- gezondere inwoners in het algemeen

Voetgangers: goed voor de gemeente

- 
- A grayscale illustration of a city street scene. In the foreground, several pedestrians are walking: a man with a briefcase, a woman with a shopping bag, a person with a cane, and a woman pushing a stroller. A small dog is also visible. In the middle ground, a cyclist is riding a bicycle. A bus and a car are parked or moving along the street. In the background, there are stylized buildings and trees. The overall scene depicts a busy, pedestrian-friendly urban environment.
- aantrekkelijke stad voor inwoners, bedrijven, toeristen
 - verbetert aantrekkelijkheid winkelgebied
 - draagt bij aan behalen luchtkwaliteitsnormen
 - vermindert aantal vertraagde ritten
 - verbetert verkeersveiligheid
 - lagere uitgaven WMO

Kosten en baten van lopen

DECISIO

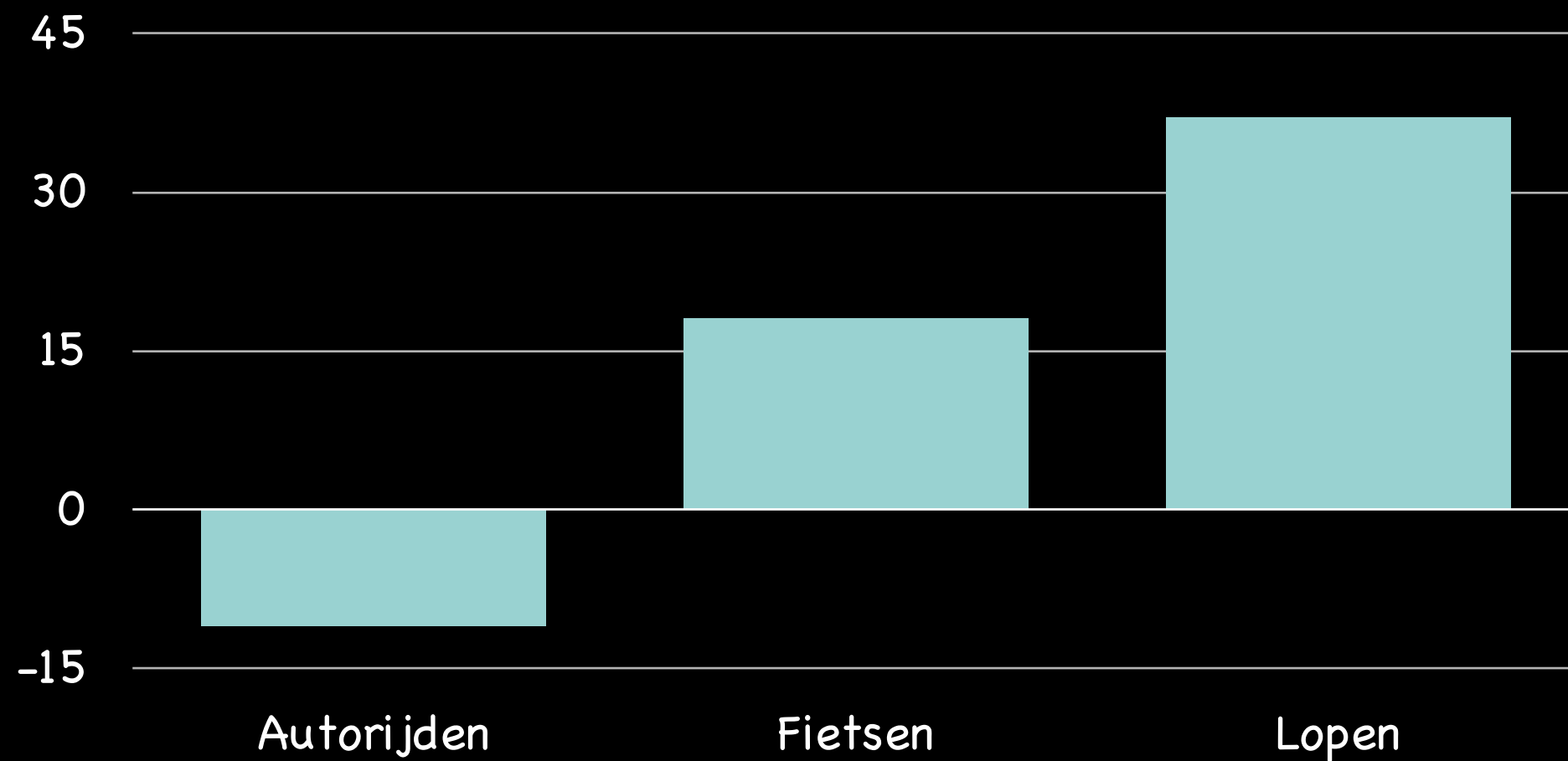
MOLSTER
stedenbouw

KpV
CROW

**Verkenning effecten
van investeren in lopen**



Kosten en baten per reizigerskilometer



Meegenomen in de analyse zijn: milieu-aspecten, reiskosten, gezondheid (incl ongevallen) en kwaliteit van leven

Keer het eens om



Stappers

Trappers

Openbaar Vervoer

Personenauto's

Wat wil de voetganger?



Bestemmingen op loopafstand



- hoge dichtheid
- functiemenging
- openbaar vervoer



Bestemmingen op loopafstand



extra bestemming



extra doorgang



extra bankjes

Heldere, vindbare routes



- lange lijnen
- oriëntatiepunten
- bewegwijzering

Heldere, vindbare routes

Prototype in the West End Universal design

The system is devised for inclusion of everyone, no matter what level of knowledge or ability they have. People are all different. We all have trouble finding our way at some time, but some people need specific information to make a journey possible.

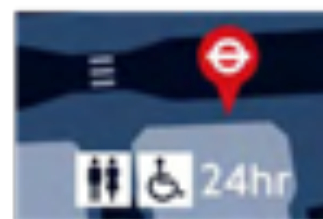
Many people need to plan a trip before travelling. Over time it is hoped that the system can expand to provide connected methods to better plan and then situate in the street.



Typography
A clear and recognisable sans-serif typeface is common throughout the maps and signs. Where possible, upper and lower case characters are used for maximum legibility; however, the cartographic convention for capitalising important place names is also adopted.



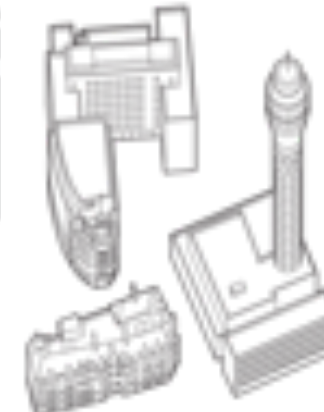
Unified appearance
Uppercase typography can also be found in the street names; this reflects the unified style of street nameplates. An added benefit of working with existing systems in this way is that speakers of languages with a non-Roman alphabet may find it easier to relate streets on the map to street nameplates.



Useful detail
People with wheelchairs need to know if a route has steps or narrow pavements, and where to find adapted toilets. Similarly, those with visual impairments need to know where pedestrian crossings are as a safe place to cross the road.



Colour and contrast
The signs and maps use high-contrast colours for optimum legibility: a dark blue background with white or yellow text is used in conjunction with black text on a yellow background.



3D buildings
People who struggle to read maps, including people with learning disabilities, will find the 3D buildings useful. They provide both a visual representation of key landmarks, and make the reading of maps more intuitive.



Useful detail
People with limited mobility, including many older people, need to know how far it is to walk to a place, and if there will be any parks on the way in which they can find a seat to rest.

An inclusive wayfinding system

No pre-journey planning, some on-street information, out of interest and for reassurance on some journeys

- Resident
- Commuter
- Frequent visitor
- Person who has some hearing/loss
- Person with some limit on their mobility but can still manage steps
- Person with a slight visual impairment but can read on-street maps and signs using an aid

Some pre-journey planning, but will look for on-street information for reassurance (as it needs to be consistent)

- Person who is deaf or hard of hearing (wants to avoid asking for directions)
- Person with a visual impairment but has some vision
- Person with a learning disability or a hearing difficulty
- Person whose first language is not English
- Younger person, new or infrequent visitor, or an inexperienced city traveller

Detailed pre-journey planning required

- Person using a wheelchair
- Person who is blind or severely visually impaired

Physically accessible
Important information is located on the signs between 900 and 1800mm above the ground



Awareness
A possible adaptation for the future is a system for helping the visually impaired to navigate by relaying their proximity to signs to a mobile device.

Connectivity
All kinds of supporting knowledge can be delivered to mobile devices through the signs: a 'listen to this sign' feature provides helpful hints for visitors.

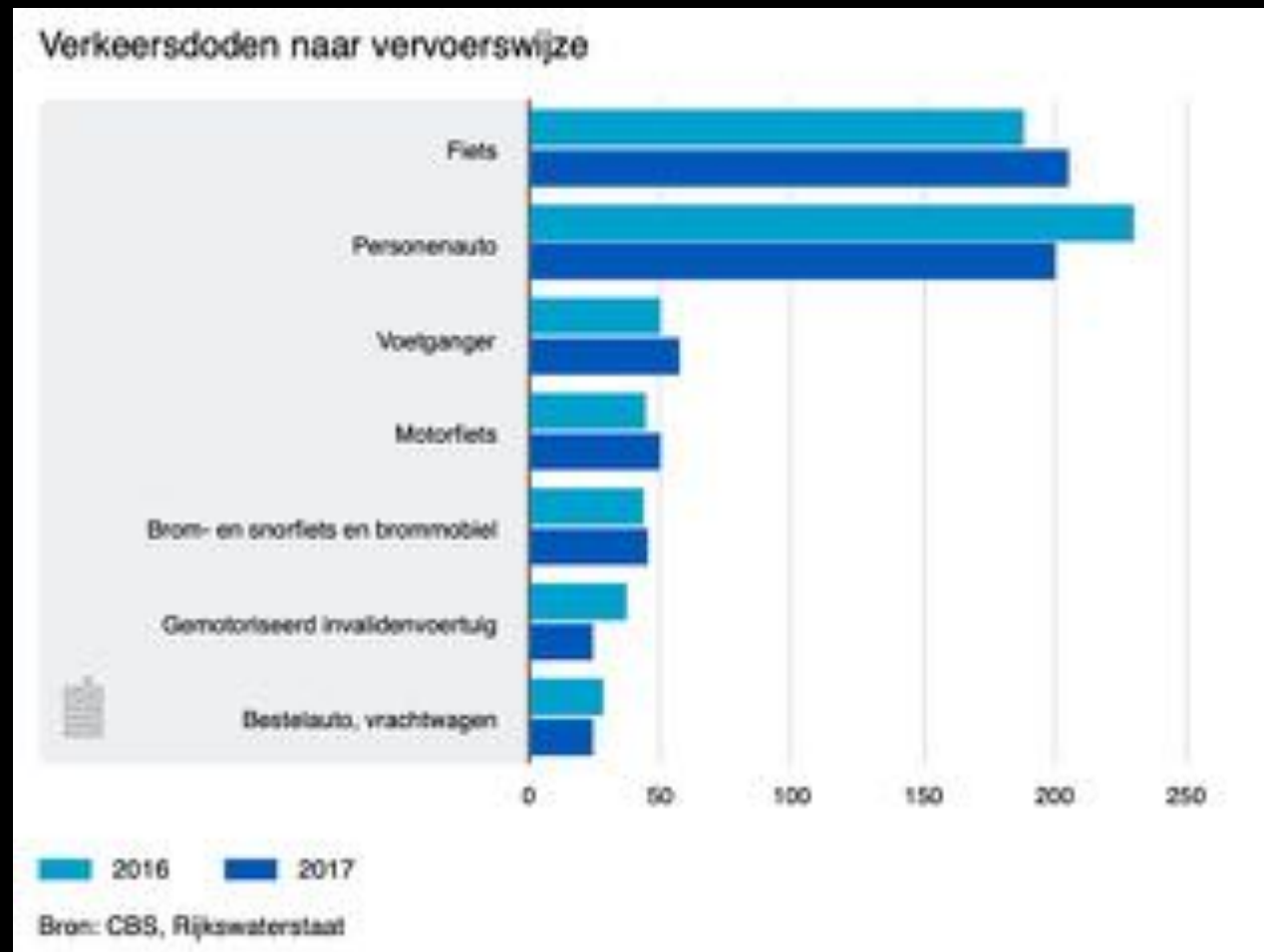
Heldere, vindbare routes



Als het even kan: gidslijnen i.p.v. geleidelijnen



Veilige routes en oversteeekplaatsen



Veilige routes en oversteeekplaatsen



Veilige routes en oversteeplaatsen



snelheid verlagen



Menging afhankelijk van snelheidsregime

Veilige routes en oversteeplaatsen



verlichte oversteeplaats

+ zebra's behouden



extra overstee tijd voor ouderen

+ licht op groen, tenzij
+ in een keer linksaf
+ groene golf voor voetgangers

Veilige routes en oversteekplaatsen



Bomen kunnen tegels opdrukken, maar niet als ze voldoende ruimte krijgen...

Veilige routes en oversteekplaatsen



gladheid is gevaarlijk: verwarmde stoep in New York

Sociaal veilige routes



- ogen op straat
- verlichting
- overzicht
- schoon en heel



Comfortabele routes



- stoep breed genoeg
- obstakels in één zone



Comfortable routes



<http://thecityfix.com/blog/the-eight-principles-of-the-sidewalk-building-more-active-cities-paula-santos/>

Comfortable routes



Comfortabele routes



- stoepen vlak en stroef
- op- en afritten
- doorlopende stoep



Comfortabele routes

- voldoende rustplaatsen
- bescherming tegen weersinvloeden



Aantrekkelijke routes



- afwisseling
- menselijke maat
- details



- groen
- activiteiten binnen en buiten

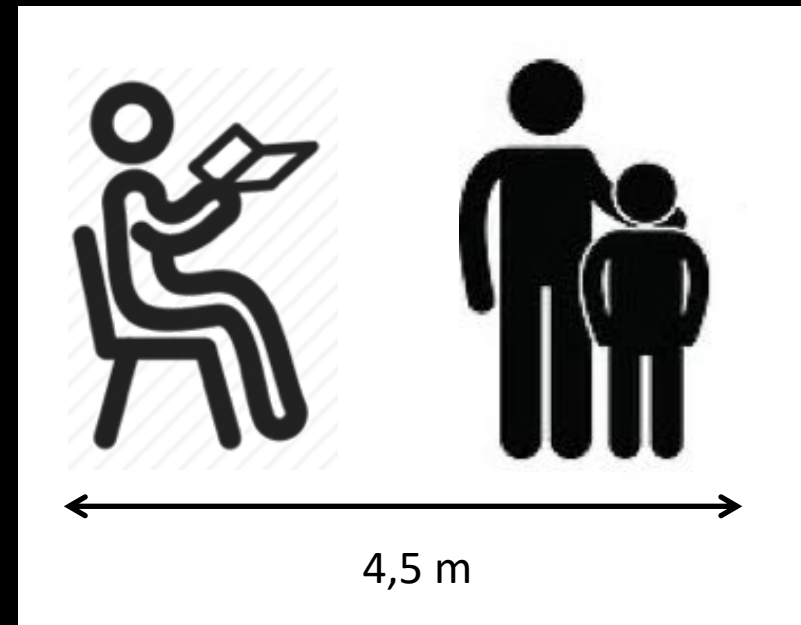
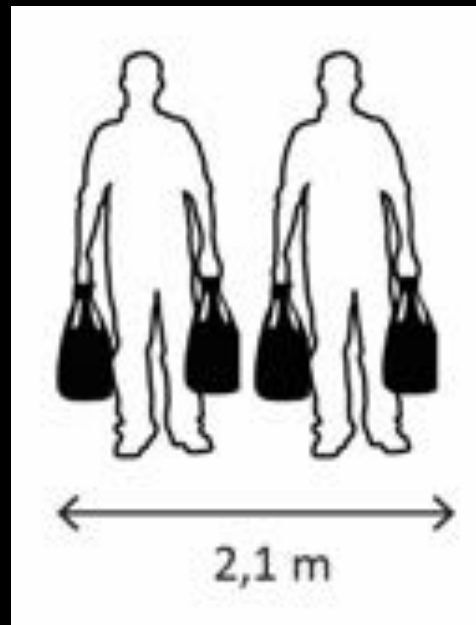
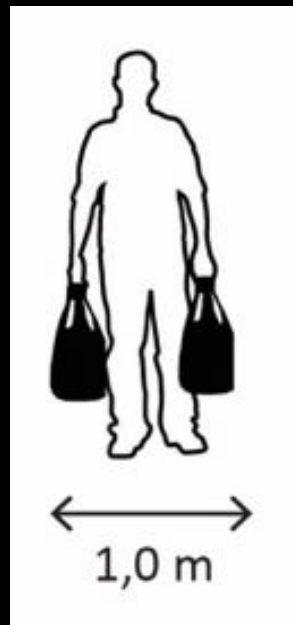
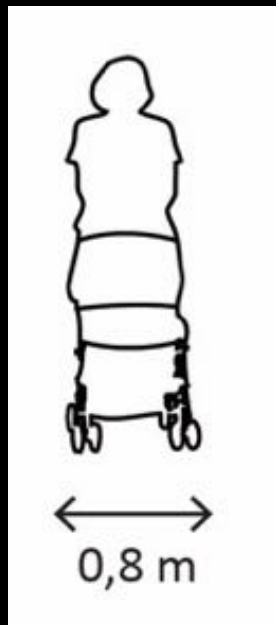
Aantrekkelijke routes



Aantrekkelijke routes



Activiteiten



onmogelijk

mogelijk

aanlokkelijk



onmogelijk



mogelijk



aanlokkelijk



onmogelijk

mogelijk

aanlokkelijk





Loop!

Voetgangersvriendelijke steden en dorpen

Lopen is de toekomst

Voordelen, problemen, urgentie

Looplust

Wie loopt? Waarom lopen mensen wel of niet? Wat is er nodig om meer mensen meer te laten lopen?

Tien ontwerpprincipes

Looproutenetwerk, bestemmingen, openbaar vervoer, confrontaties met ander verkeer, oversteekplaatsen, de weg vinden, ruimte voor lopen, comfort, levendige plinten, menselijke maat

Beleid voor voetgangers

Hoe doe je dat? Heeft beleid maken wel nut? Wat levert het op? De voetganger: niet langer de vergeten vervoerswijze



Annemieke Molster

Molster Stedenbouw

info@molster-stedenbouw.nl